

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE



FILOSOFICKÁ FAKULTA, KATEDRA PSYCHOLOGIE

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Systemická psychoterapie v teorii a praxi

aneb stávání se psychoterapeutem

Systemic Psychotherapy in Theory and Practice

On Becoming a Psychotherapist

Zpracovala: Mgr. Nora Novotná

Vedoucí diplomové práce: PhDr. Iva Štětovská

Praha, duben 2007

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem svou diplomovou práci vypracovala samostatně a použila jsem pouze podklady uvedené v příloženém seznamu literatury.

Nemám závažný důvod proti užití tohoto školního díla ve smyslu § 60 Zákona č.121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon).

V Praze dne

.....

Podpis

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji všem mým nejbližším za jejich nápady, připomínky, korektury a láskyplnou podporu, bez které by tato práce nikdy nemohla vzniknout. Velké díky patří zejména blízkým z obou mých domovů – brněnského i pražského – za jejich trpělivost a toleranci, se kterou se ke mně přistupovali v době vzniku této práce. Speciální poděkování patří mému milovanému partnerovi Michalovi a mamince, kteří byli procesu vzniku práce nejbližší.

Ráda bych touto cestou také poděkovala PhDr. Štětovské za podnětné vedení práce, za velký zdroj inspirace, podpory a životní moudrosti a taktéž za ochotu, se kterou mi poskytla četné konzultace. Mgr. Ivanu Úlehlovi a MUDr. Olze Kunertové za jejich zasvěcování do tajů systemické terapie s nadhledem a laskavým humorem jim vlastním. Stejně tak mé díky patří kolegům z výcviku v systemické terapii „Umění terapie“ za jejich otevřenost, vstřícnou spolupráci a podporu.

OBSAH

1	ABSTRACT	7
2	ÚVOD	8
2.1	STRUKTURA PRÁCE	10
3	TEORETICKÁ ČÁST	12
3.1	SYSTEMICKÁ PSYCHOTERAPIE JAKO SVÉBYTNÁ TERAPEUTICKÁ ŠKOLA	12
3.2	ISZ V KONTEXTU POSTMODERNÍHO MYŠLENÍ.....	17
3.3	TŘI HLAVNÍ FILOSOFICKÉ KOŘENY ISZ	20
3.3.1	POSTSTRUKTURALISTICKÁ TEORIE S OBRATEM K JAZYKU	21
3.3.2	RADIKÁLNÍ A SOCIÁLNÍ KONSTUKTIVISMUS	25
3.3.3	MODERNÍ BIOLOGICKÁ GNOSEOLOGIE	28
3.4	PĚT VÝZNAMNÝCH PSYCHOTERAPEUTICKÝCH ŠKOL COBY VÝCHODISEK PŘÍSTUPU ISZ	33
3.4.1	MILÁNSKÁ ŠKOLA RODINNÉ TERAPIE JAKO ODRAZOVÝ MŮSTEK SYSTEMICKÝCH TERAPIÍ	33
3.4.2	STRATEGICKÁ TERAPIE MILTONA ERICKSONA, KLIENT V TRANZU	36
3.4.3	KRÁTKÁ TERAPIE ZAMĚŘENÁ NA ŘEŠENÍ (BRIEF SOLUTION-FOCUSED THERAPY)	38
3.4.4	HAMBURSKÁ ŠKOLA KURTA LUDEWIGA, 10 + 1, KONCEPT ČLENA.....	44
3.4.5	NARATIVNÍ PŘÍSTUP.....	51
3.5	HLAVNÍ POSTAVY NA TERAPEUTICKÉM TANEČNÍM PARKETU	56
3.5.1	KDO „SMÍ BÝT“ TERAPEUT?	57
3.5.2	KDO JE TERAPEUT ANEB KOUZELNÝ KLOBOUK.....	59
3.5.3	KDO JE KLIENT?	61
3.6	SEBEREFLEXE JAKO HLAVNÍ SYTEMICKÁ METODA	62
3.6.1	STAVY MYSLI TERAPEUTA – PRÁZDNO, JASNO A SVOBODA	62
3.6.2	REFLEKTUJÍCÍ TÝM – BANKA NÁPADŮ	63
3.6.3	PRAŽSKÝ VÝTAH JAKO PROSTŘEDEK K TERAPEUTOVU BEZPEČÍ	64
3.6.4	MODEL OSMI PROFESIONÁLNÍCH ZPŮSOBŮ PRÁCE.....	65
3.7	DIALOG JAKO VZÁJEMNÝ PROSTOR	66

3.7.1	VYROVNÁNÍ SE S NEJISTOTOU, TERAPEUTOVO BEZPEČÍ	67
3.7.2	PŘEDPOKLADY JAKO VÝBAVA TERAPEUTA.....	68
3.7.3	OCKHAMOVA BŘITVA – UŽÍVÁNÍ CO NEJJEDNODUŠŠÍ CESTY.....	69
3.7.4	NE PROBLÉM ALE JEHO ŘEŠENÍ.....	70
3.7.5	UMĚNÍ PŘIPOJOVÁNÍ.....	70
3.7.6	DOTAZOVÁNÍ, OCEŇOVÁNÍ JAKO STĚŽEJNÍ DOVEDNOSTI.....	71
3.8	SYSTEMICKÁ ETIKA A MORÁLKA, ETICKÁ SYSTEMIKA	73
3.8.1	DILEMATA TERAPEUTA.....	74
3.9	SYSTEMICKÁ SUPERVIZE JAKO TERAPEUTŮV ZDROJ	77
3.10	PROCES STÁVÁNÍ SE TERAPEUTEM V RÁMCI PROFESNÍ SOCIALIZACE..	80
4	EMPIRICKÁ ČÁST.....	85
4.1	FORMULACE VÝZKUMNÉHO PROBLÉMU	86
4.2	PŘEDPOKLADY KE ZKOUMANÉMU TÉMATU – STANOVENÍ OTÁZEK, OKRUHŮ.....	86
4.3	ROZHOVOR JAKO SETKÁNÍ A VÝZKUMNÁ METODA, ANKETA	88
4.4	CHARAKTERISTIKA A PŘEDSTAVENÍ ZKOUMANÉHO SOUBORU.....	92
4.5	PRACOVNÍ POSTUP A JEHO ORGANIZACE	97
4.6	ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT	100
4.7	PŘEHLED, PSYCHOLOGICKÝ ROZBOR A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ	103
4.7.1	NYNĚJŠÍ STAV – TERAPIE V KONTEXTU PRÁCE A ŽIVOTA	106
4.7.2	NYNĚJŠÍ STAV – POMĚR ZKUŠENOSTÍ Z PRAXE A JISTOTY.....	116
4.7.3	IDEÁL SMĚŘOVÁNÍ – KVALIFIKACE, ŠKOLY NEBO „KAŽDÝ SI HLEDÁ SVÉHO UČITELE“?	121
4.7.4	IDEÁL SMĚŘOVÁNÍ – JAKÝ STARÝ BY MĚL TERAPEUT BÝT – VĚK, ZRALOST, ŽIVOTNÍ ZKUŠENOSTI.....	131
4.7.5	IDEÁL SMĚŘOVÁNÍ – POZITIVNÍ I NEGATIVNÍ VZOR	138
4.7.6	KAM A JAK SMĚŘUJI A JAKÉ TO TAM BUDE?	145
4.7.7	PROCES SMĚŘOVÁNÍ – LZE SE TERAPII NAUČIT?.....	153
4.7.8	MINULÉ ZDROJE – KDO /CO A K ČEMU POMOHL/O?	158
4.7.9	SOUČASNÉ A BUDOUCÍ ZDROJE – KDO/CO A K ČEMU POMŮŽE?	164
4.7.10	CELKOVÉ ZASTŘEŠENÍ PROCESU POMOCÍ METAFOR.....	172

4.8	ZÁVĚRY VÝZKUMU.....	188
4.9	DISKUZE	192
4.9.1	DISKUZE NAD ASPEKTY METODOLOGICKÝMI	192
4.9.2	DISKUZE NAD ZÁVĚRY VÝZKUMU	194
4.9.3	DISKUZE NAD MOŽNOSTMI DLAŠÍHO VÝZKUMU	199
5	ZÁVĚR.....	201
6	SOUHRN	206
7	PŘÍLOHY	207
7.1	PŘÍLOHA 1 – CHARAKTERISTIKY PROFESE	207
7.2	PŘÍLOHA 2 - STRUKTURA ROZHOVORU	210
7.3	PŘÍLOHA 3 – SLOVNÍK ŽARGONU ÚČASTNÍKŮ VÝCVIKU ISZ, KTERÝ ZAZNÍVÁ V ROZHOVORECH	212
7.4	PŘÍLOHA 4 - ROZHOVORY UT 06	213
7.4.1	TEREZA.....	213
7.4.2	ZBYNĚK.....	217
7.4.3	HANKA	221
7.5	PŘÍLOHA 5 - ROZHOVORY UT 05 A	225
7.5.1	DAN	225
7.5.2	KATKA.....	228
7.5.3	PAVLA.....	232
7.5.4	PETR	234
7.5.5	KÁJA.....	239
7.5.6	BÁRA.....	241
7.5.7	TOMÁŠ.....	247
7.5.8	KATEŘINA	251
7.5.9	ZUZKA	255
7.5.10	VRÁŤA	258
7.6	PŘÍLOHA 6 - ROZHOVORY UT 04	263
7.6.1	EMILKA	263
7.6.2	DAVID	266
7.6.3	MARTINA	270

7.7	PŘÍLOHA 7 - ROZHOVORY UT 03	273
7.7.1	VLADKA	273
7.7.2	HANA	275
7.7.3	PETRA	278
7.8	PŘÍLOHA 8 – STOPAŘŮV PRŮVODCE (NEJEN) PRO ZAČÁTEČNÍKY V SYSTEMICE aneb NEPROPADEJTE PANICE!	283
8	LITERATURA.....	288

1 ABSTRACT

The thesis investigates the process of becoming a psychotherapist in the context of systemic therapy. It outlines philosophical and psychotherapeutic roots of the systemic approach, emphasizing postmodern thinking, in particular poststructuralism, radical and social constructivism and modern biological gnoseology.

The work discusses theoretical foundations as well as practical applications of the teaching of the Prague Institute for Systemic Therapy (IST). It covers five main lines of thoughts in systemic thinking – the Milan school of family therapy, strategic therapy by Milton Erickson, brief solution-focused therapy (BSFT), Hamburg school and the narrative approach. The work focuses on defining and delineating the role of the therapist and the client, and their cooperation in the therapeutic dialogue. It emphasizes therapist's self-reflection during the therapeutic process as the primary way of influencing the client, and it discusses models which make the self-reflection more efficient. The art of dialogue is presented as the fundamental skill of a systemic therapist. Last but not least, the work covers an important area of systemic ethics and supervision.

The empirical part of the work investigates, using the qualitative based interview, the process of becoming a therapist on a sample of 19 participants of IST psychotherapeutic training (13 women and 6 men). It explores the concept of an ideal therapist and defines it in terms of therapist's personal characteristics, education, experience and the relative importance of different aspects of therapeutic work. The process of becoming a therapist is put into the wider context of life and work of each participant. Furthermore, the work discusses present and past sources of therapist's professional growth, in particular practical therapeutic experience, feedback from clients and colleagues as well as inspiration and suggestions from supervision. It also considers sources rooted in individual therapy, personal growth and the perception of therapist's work mission. Finally, the thesis tries to express the whole process using a set of metaphors – a journey to discover one's true self, a search for the meaning and personal direction, opening to new influences or going back to roots.

As a final point, the work outlines possible future directions of the search. An important practical output of the work is the set of guidelines for beginner's therapists, designed to support their first steps in the therapeutic profession and their further mastering of the role.

2 ÚVOD

„Jaké kouzlo, pomyslel jsem si, musí spočívat ve zvucích, které lidé produkují stlačováním hlasivek, otevíráním a zavíráním rtů. Terapie! To je opravdové kouzlo! A to máte k dispozici jediný lék a tím jsou taneční kroky jazyka a hudba, která jej doprovází, pomyslel jsem si. Jazyk! To je opravdové kouzlo! Bylo by naivní se domnívat, že kouzlo dokážeme vysvětlit. Kouzlo nemůžeme vysvětlit, můžeme jej jen konat, jak všichni dobře víte.“ (Heinz von Foerster, 1995)

Pluralita v rámci psychoterapie, tak typická pro postmoderní svět, umožňuje volit si vlastní přístup k práci s klientem. Systemickou terapii, o které práce pojednává, chápu jako možný způsob vidění světa a práce s klienty, způsob, který klade důraz na užitečnost terapie pro klienta, krásu a estetičnost. Je pro mě hlubokou studnicí moudrosti a laskavosti, zdrojem, ze kterého plnými doušky čerpám. Snažíme si věci smysluplně vyložit, budujeme si svět jazykem. Tak se i já pokouším orientovat ve světě psychoterapie (zejména té systemické).

V procesu stávání se systemickou psychoterapeutkou jsem teprve na počátku, přesto však již určitým způsobem mohu reflektovat své hledání a putování. Na cestu za psychoterapií jsem se vydala z popudu práce na sobě a své profesionalitě, z touhy poznat, co vlastně psychoterapie může být. Ze snahy o pochopení toho „jak se vlastně dělá“, tedy co a jak „mám“ a „můžu“ jako psycholožka či psychoterapeutka dělat. Začátek putování plynul také z usilování o větší jistotu při vlastním budoucím odborném působení.

Nejdříve bylo nutné vyznat se ve spleťtém labyrintu jednotlivých psychoterapeutických směrů a škol. Procházela jsem různé knihy o nich a snažila se také získat představu díky spolužákům, kteří v daných psychoterapeutických směrech absolvují nebo absolvovali výcviky. Mé rozhodování mezi jednotlivými školami s sebou neslo obavu z jednostranného indoktrinování vybraným směrem, které by mi uzavřelo alternativní horizonty. Avšak jisté míře ovlivnění myšlení se vyvarovat nelze.

Kladla jsem si při výběru nejružnější otázky. Jaký psychoterapeutický směr si zvolit? Nejsem na to ještě mladá, málo vyzrálá? Jak poznat, že právě on je pro mne vhodný a budu se v něm cítit dobře a sama sebou? Lze říci, že by se k nějaké osobnosti hodil určitý psychoterapeutický směr a jiný ne? Myslím si, že ano. V tom všem hledání a tápání jsem zjistila, že se pokusím být systemickou psychoterapeutkou.

„Ford vyskočil. "Dívej se na knihu!" zasyčel naléhavě. "Cože?" "NEPROPADEJ PANICE." "Já nepropadám." "Ale propadáš." "No dobře, tak propadám. A co jiného mám dělat?" "Prostě cestovat se mnou a bavit se. Galaxie za to stojí..."“ (Adams: Stopařův průvodce po galaxii, 2005)

Rozhodla jsem se rozseknout, respektive vstoupit do začarovaného kruhu – měj již klienty, pracuj s nimi, ať se učíš umění terapie – měj výcvik, abys s nimi mohl začít pracovat. Započala jsem tak systemický výcvik. Nyní jsem za půlkou výcviku, pracuji s klienty a snažím se reflektovat svou pozici jako terapeuta a srovnat ji s pozicí svých kolegů. Představuje to pro mne nejistotu a mnoho práce, která mě ještě čeká, ale věřím, že psychoterapie není nemožným povoláním. Je cesta, po které jsem se vydala a těším se na ni. Následující řádky tak lze chápat nejen jako diplomovou práci samotnou, ale také jako nastínění témat, která chápu jako úkoly či zastavení na svém směřování k psychoterapii.

Předkládaná diplomová práce se tímto procesem – „stávání se“ terapeutem v kontextu systemické terapie zabývá. Konkrétně se pak zaměřuje na podobu systemické terapie v rámci pražské školy reprezentované **Institutem pro systemickou zkušenost (dále jen ISZ)**. Ještě specifičtější se soustředí na frekventanty výcviku „Umění pomáhat“. K tomuto zúžení jsem přistoupila vzhledem k rozrůzněnosti a specifičnosti jednotlivých terapeutických směrů a škol. Systemický výcvik jsem zvolila zejména proto, že jej znám ze své osobní zkušenosti, jak mohlo ostatně vyplynout z výše uvedených řádků. Dále také z toho důvodu, že se tématem přerodu v psychoterapeuta explicitně zabývá.

Literaturu, ze které práce čerpá, pomohl obohatit nejen systemický výcvik a kolegové v něm, knihovna na Middlesex University v Londýně, kde jsme pobývala na studijním programu, ale také moje čtenářská vášeň, díky níž diplomová práce obsahuje také citáty z beletrie. Citáty beletrie pak chápu jako velmi ilustrativní k pochopení konkrétních koncepcí nebo pojetí. Jsou systemickému přístupu vlastní, zejména tím, že právě jedna odnož ISZ je orientována narativně. Graficky jsou citáty z krásné literatury odlišeny od citátů z odborné literatury pomocí uvedení názvu knihy k citaci.

V rámci práce si kladu následující otázky, které vyplynuly ze studia teoretických pramenů, i z vlastní zkušenosti z praktické práce s klienty. Z jakých filosofických a psychologických východisek systemický přístup ISZ vychází? Která hlavní témata řeší? Jak přispívá do oblasti psychoterapie? Jaké rámce obsahuje? Jak lze pohlížet na proces profesionalizace? Které aspekty procesu stávání se terapeutem je možné vysledovat? Jaké jsou

obtíže a problémy, se kterými se jedinci vstupující do konkrétní profese musí potýkat? Co jim je pomáhá řešit? Otázky se snažím v práci zodpovědět a začlenit je do následující struktury práce.

2.1 STRUKTURA PRÁCE

Práce je členěna na teoretickou a praktickou část, avšak usiluje o propojení obou oddílů jednou myšlenkovou linií. Teoretická část obsahuje vymezení systemického přístupu v rámci postmoderního myšlenkového proudu. V další kapitole se věnuje konkrétnímu vymezení teoretických kořenů pražské školy, zejména pak vzhledem k tomu, že dané směry a jejich přínosy pro systemiku je důležité rozlišovat nejen v teorii, ale také je reflektovat v praktickém užívání daných přístupů. Práce diferencuje jednotlivé proudy v rámci systemického hnutí – na řešení orientovaný přístup, zakázkový a narativní. Zdůrazňovány jsou zejména ty aspekty, které jsou využívány a přetvářeny v rámci systemické praxe. Práce též usiluje o vymezení postavení ISZ v současném světě systemicky i nesystemicky orientovaných psychoterapeutických směrů.

Dále se věnuje hlavním tématům ISZ s důrazem na proces stávání se terapeutem. Proces stávání se terapeutem začleňuji do širšího sociálně-psychologického kontextu socializace či profesionalizace. Úroveň systemického výcviku chápu pouze jako vnější rámec. Uvědomuji si, že vývoj a pronikání do profese je ovlivněno dalšími, mnohdy i významnějšími faktory.

V části empirické užívá práce kvalitativního přístupu k zmapování procesu utváření osobního sebepojetí systemického psychoterapeuta za pomoci rozhovoru s užitím techniky škálování a narativních prvků. Práce využívá zkušeností současných frekventantů výcviku „Umění terapie“, a usiluje tak o komplexní postihnouti v literatuře dosud málo zkoumaného procesu stávání se psychoterapeutem. Empirická část je zasazena do kontextu kvalitativního výzkumu, odkazuje na nutnost reflexivity výzkumníka, stejně jako na výhodu partnerského kooperativního a vzájemně respektujícího prostoru sdílení osobní zkušenosti, který je vytvářen právě kvalitativním rozhovorem. Rozhovor je taktéž doplněn malou anketou. Výzkum využívá mé profesní i osobní zkušenosti k vytvoření výzkumného schématu a posléze též při interpretaci zjištění. Plná znění rozhovorů tvoří většinu příloh¹, v textu se objevují pouze ilustrativní ukázky vykreslující obraz zkoumaného fenoménu.

Jako významný praktický přínos práce vidím pokus o průvodce pro začínající terapeutů, kteří se potýkají s nástupem do terapeutické profese a s nejistotou a pochybnostmi s tím

¹ Přepisy rozhovorů jsou uvedeny v přílohách č. 4-7.

spojenými. Tento průvodce je uveden v příloze (příloha č. 8). Vychází ze studia literatury, ze sebezkušenosti i z empirické části diplomové práce.

3 TEORETICKÁ ČÁST

Terapeutické směry a přístupy lze chápat nejen jako podklady a východiska práce s klienty, ale také jako pohledy na svět a život v něm. Tak hluboce se mohou zakořenit v životě člověka, který je psychoterapeutem. Systemický přístup je paradoxní tím, že dává určitou jistotu, avšak zároveň ji bere tím, že relativizuje sám sebe. V parafrázi Václava Bělohradského (1999) se jedná o nesamozřejmost privilegovaného postavení čehokoliv, tedy i vlastní systemické teorie. Víru v užitečnost systemického terapeutického přístupu však chápou jako nezbytnou podmínku účinnosti terapie.

V následujících kapitolách se budu snažit nastínit vývoj myšlení ISZ až do dnešní doby, s důrazem na možnost alternativních přístupů a pohledů existujících v rámci přístupu ISZ. Každý terapeut si pak utváří „vlastní“ terapeutický přístup na základě systemického způsobu myšlení.

3.1 SYSTEMICKÁ PSYCHOTERAPIE JAKO SVÉBYTNÁ TERAPEUTICKÁ ŠKOLA

„Sám psychoterapeut je ústředním bodem definice psychoterapie. Z toho plyne, že psychoterapie je sociální – mezilidská událost.“ (Strnad, 1999, s. 26)

Přístup reprezentovaný ISZ není pouze sbírkou metod, které může terapeut používat. Jedná se o hluboce teoreticky podložený koncept vytvořený Institutem pro systemickou zkušenost v Praze. Institut vznikl v roce 1991, jeho hlavními protagonisty jsou Ivan Úlehla, Vratislav Strnad, Zdeněk Macek a Lenka Šimková. Dalšími členy pak Olga Kunertová, František Matuška a Jan Hesoun. ISZ je podporován a supervidován International Board Committee. ISZ se za dobu své existence přirozeně vyvíjel a některé myšlenky, které zastával institut dříve, již stojí poněkud stranou. Stejně jako jiné školy, také v přístupu ISZ poklesla radikálnost a objevil se i prostor pro nové inspirace a pohledy, stejně jako pro nový náhled na metody tradiční. Systemická škola ISZ je založená na interdisciplinaritě, systemické metody jsou vhodné pro širokou paletu pomáhajících profesí – psychology, speciální pedagogy, učitele, sociální pracovníky, psychiatry, poradce, doktory apod. Mohou být užity v práci s jednotlivci, rodinami, skupinami nebo institucemi.

Paleta psychoterapeutických škol je velmi rozvětvená. Soudím, že právě díky pluralismu směrů a škol dochází k tomu, že každý jedinec (ať již jako terapeut nebo jako klient) si hledá vlastní přístup, který mu nejvíce vyhovuje a je mu nejbližší. Je důležité, jak si terapeut a klient spolu vyhovují, v anglosaské literatuře bývá užíván termín, „to click together“ (vzájemně „zaklapnou“). Všechny terapeutické směry se snaží naplnit stejný cíl – pomoci klientovi. Liší se pouze v prostředcích, které k tomu užívají. Plurality přístupů lze v rámci tvoření vlastního terapeutického přístupu konkrétního terapeuta využít, obohatit se od ostatních směrů, nikoliv stavět bariéry, které by směry rozdělovaly. Směřování k integraci s jinými metodami a jejich využití je v systemickém rámci podporováno. Jak uvádí Úlehla (1999), je systemická psychoterapie svébytná terapeutická škola, která utvořila vlastní ucelenou teorii psychoterapeutického procesu. **Psychoterapii** pak chápe jako *„záměrné, zdůvodněné a cílené použití psychoterapeutických prostředků k dosažení, obnovení a udržení kvality života klienta tak, aby mohl žít život, co možná bezpečný, podněcující, uspokojující a příjemný a to především a aspektech osobních, pracovních, zdravotních a sociálních.“* (Úlehla, 2000, s. 3)

Přídavné jméno **systemický**², jak uvádí humorně Schlippe a Sweitzer (2201), se stalo projektivním testem psychosociálních profesí. Je totiž užíváno v různých kontextech a souvislostech. Přídavné jméno systemický v kontextu chápaném v rámci ISZ značí způsob myšlení a uvažování, způsob „vidění“, který je soustředěn na systém. Je třeba zmínit, že systemický a systémový jsou termíny, které se pojí se dvěma rozdílnými psychoterapeutickými koncepty. Systémový přístup pohlíží na rodinu jako na systém, který musí být přítomný v rámci sezení celý. Chápe jej tedy objektivisticky. Oproti tomu systemický pohled chápe systém z konstruktivistického pohledu jako skupinu pozorovatelů. Členové rodiny tedy nemusí být fyzicky přítomni.

Systém je chápán na bázi komunikace – mluvení systémy vytváří. Jak uvádí Ludewig (1990, s. 130), k přídavnému jménu systemický se pojí následující charakteristiky³:

1. vše řečené je řečené pozorovatelem
2. pozorovatel je bytost v jazyce, která rozlišuje v jazyce a tím pádem objekty utváří
3. vše řečené je řečeno pozorovatelem v konverzaci s jinými pozorovateli
4. realita se tedy stává realitou v uvozovkách

² V textu také užívám termín „systemika“ pro systemický psychoterapeutický směr.

³ O jednotlivých tvrzeních a jejich teoretické zakotvení se zmíním postupně v následujících kapitolách.

5. systém je jednota díky tomu, že jej takto pozorovatel vnímá (jako skládající se z částí systémů a ze vztahů mezi nimi)

Pokud bychom užili kritéria Kratochvíla (1998), je systemická terapie nedirektivní, může být podpůrná i rekonstrukční, odkrývající, je náhledová i akční, nejčastěji je individuální, avšak lze provádět i ve skupině. Jak uvádí Strnad (1999), psychoterapie původně čerpala z pestré palety oborů z biologie, neurofyzologie, psychiatrie, sociologie, psychologie, literatury, uměné magického prožívání reality. Systemická terapie se kloní spíše k dědictví sociálním věd, komunikace, která přesahuje pouhou informatiku, směřující k sdílení a spoluvytváření významů.

Jak uvádí Ludewig (1994), systemická terapie navazuje na vývoj psychologického myšlení a z něj vycházejícího psychoterapeutického myšlení, které rozvíjí. Jako historická základna systemické terapie sloužila hlubinná psychologie, behaviorismus, humanistická psychologie, stejně jako obecná teorie systémů Ludwiga von Bertalanffyho⁴, komunikační psychologie Watzlawicka. Díky zpětnému obratu k pozorovateli vstoupil systemický přístup na terapeutickou scénu formou rodinné terapie. Systemický přístup ISZ navazuje v 80. letech 20. století na tuto tradici (Pecháčková, 1992). Poté se přijetím radikálně odlišných teoretických východisek od zdánlivě příbuzné rodinné a systémové terapie záhy výrazně oddělil. Vývojové zastávky psychoterapie, včetně vymezení vůči rodinné terapii, ukazuje níže uvedená tabulka. Uvědomuji si, že se jedná o zjednodušené pojetí velmi komplexních směrů a škol.

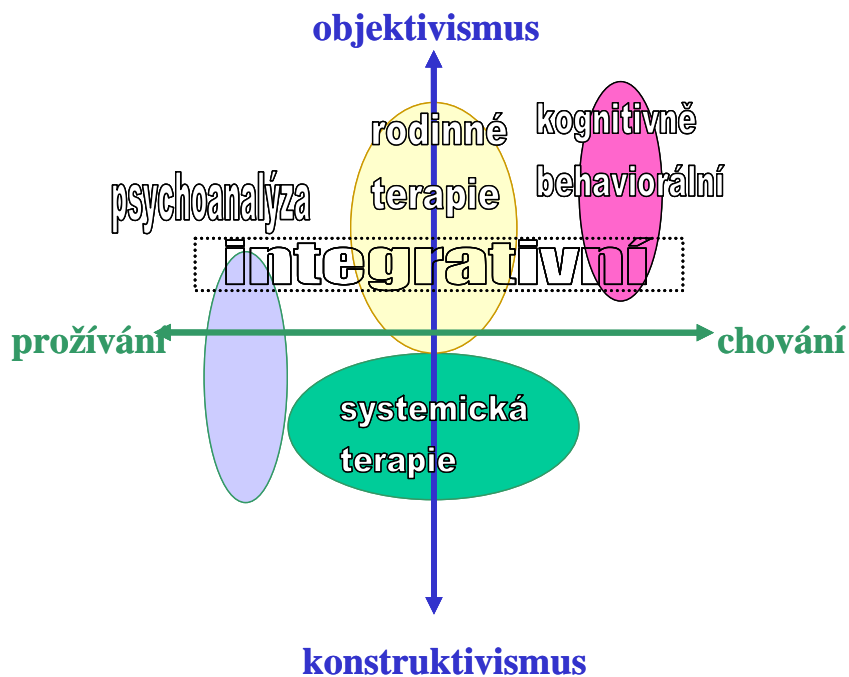
Terapie	Problém	Cíl terapie	Terapeutický vztah	Postoj terapeuta
----------------	----------------	--------------------	---------------------------	-------------------------

⁴ Mezi základní vlastnosti systému řadí Bertalanffy vymezení hranic, prvků a vztahů mezi prvky (Baštecký, Šavlík, Šimek, 1993). Tím, jak systémy fungují, se zabývá kybernetika z hlediska pozorovatele, kybernetika druhého řádu pak z hlediska pozorovatele, který mění pozorované.

3.1.1 psychoanalytická	3.1.2 Psychický konflikt	3.1.3 Korektivní zkušenost	3.1.4 Přenos, protipřenos	3.1.5 Pozornost, zdrženlivost
3.1.7 behavioristická	3.1.8 Porucha učení	3.1.9 Přeučení, naučení	3.1.10 Situace učení	3.1.11 Aktivita, zjevnost
3.1.13 humanistická	3.1.14 Zablokovaný potenciál Já	3.1.15 Seberozvoj, seberealizace	3.1.16 Dialog zaměřený na klienta	3.1.17 Respekt, vřelost, autenticita
3.1.19 tvarová	3.1.20 Neuzavřenost tvaru	3.1.21 Uzavřít gestalt	3.1.22 Kontakt fenomenologií v existenciálním dialogu zaměřeném na objevení figury	3.1.23 Autenticita, respekt, vřelost, empatie, akceptace, zodpovědnost
3.1.25 rodinná	3.1.26 Dysfunkčnost rodiny	3.1.27 Změna rodiny	3.1.28 Systém zaměřený na problém	3.1.29 Cirkularita, neutralita
3.1.31 systemická	3.1.32 Životní problém	3.1.33 Rozpuštění problému	3.1.34 Otevírající dialog	3.1.35 Užitečnost, respekt, krása

Tab. 1- Systemická psychoterapie v kontextu psychoterapeutických směrů (N.N. volně dle Ludewig, 1994, s. 38, Fišerová, Polák, 1995)

Systemická terapie a konstruktivismus nenabídlý novou teorii osobnosti ani psychopatologie. Lze je však chápat, jak uvádí Úlehla (1999), jako nový možný pohled na všechny teorie. Níže uvedené schéma umísťuje systemiku vzhledem k dalším psychoterapeutickým směrům v rámci dvou dimenzí – jednak v dimenzi filosofické povahy reality (objektivismus vs. konstruktivismus) a také v dimenzi pro terapii stěžejní oblasti (chování vs. prožívání, cítění). O dichotomii objektivismus vs. konstruktivismus pojednám níže v rámci filosofických východisek. Schéma též ukazuje, že jednotlivé směry spíše vymezují pole možných řešení, než že by dávaly jednoznačné návody.



Obr. 1 – Systemická terapie v rámci ostatních psychoterapeutických směrů (Úlehla, 1999, s. 35)

Na obecné úrovni vychází systemický přístup z filosofie radikálního konstruktivismu, z moderní biologické teorie poznání a z postmoderního obratu k jazyku. Na základě těchto kořenů pak nově vymezuje základní pojmy (problém, klient, terapie apod.), stejně jako komplexní teoretické modely (model pomoci a kontroly, klinická teorie, koncept sebedefinice terapeuta apod.) Z obecné teorie vycházejí modely systemické praxe, představující metodickou výbavu

terapeuta a konkrétní technické nástroje (konstruktivní otázky, externalizace, zplnomocnění klienta, ocenění apod.)⁵.

V rámci systemického myšlení tak došlo k posunu od lineární kauzality ke kauzalitě cirkulární, od pohledu na terapeuta jako na nezúčastněného pozorovatele k chápání terapeuta jako zúčastněného pozorovatele a aktivního člena terapeutického systému. Sám sebe terapeut chápe jako účastného a zvažuje, zda by ukončení terapie nemohlo být také ukončení problému (Schlippe, Schwarz, 2001). Od objektivistického přístupu pak přechází systemická terapie ke konstruktivismu. Označení “systemický” tak odkazuje na změnu pojetí sociální reality, která již není chápána jako objektivní entita, ale jako konstrukt pozorovatele (Úlehla, 1999). Pozorovatel pak sociální svět sám spoluvytváří svou účastí v něm. Pozorovatel je za vytvořený svět plně zodpovědný. Radikální konstruktivismus poskytuje nový pohled na psychoterapii. Psychoterapeut tak není považován za experta, který klienta vede. Je chápán jako rovnocenný partner, který má profesionální dovednost vedení rozhovoru tak, aby klientovi umožnil změnu jeho světa změnou úhlu pohledu, porozumění, změnou v klientovu příběhu jeho života. Systemické uvažování patří do proudu postmoderního myšlení, kde je právě rozmanitost perspektiv zdůrazňována.

3.2 ISZ V KONTEXTU POSTMODERNÍHO MYŠLENÍ

„Nadto si musíme uvědomit, že postmoderna a postmodernismus nejsou v žádném případě vynálezem teoretiků umění, umělců a filosofů. Spíše se naše realita a svět našeho života staly „postmoderními“. V době letecké dopravy a telekomunikací se různorodé stalo blízkým, že všude naráží jedno na druhé a současnost nesoučasného se stala druhou přirozeností.“ (Welsh, 1994, s. 12)

Jak jsem uvedla výše, přístup ISZ je součástí **postmoderního** přístupu ke světu, proto považuji za nutné v této kapitole uvést základní myšlenky postmodernismu. Postmodernismus lze chápat jako myšlenkový směr vyznačující se kritickým postojem k některým ideálům tzv. moderního věku. Objevuje se díky velkým společenským a ekonomickým změnám. Lze jej chápat směr časově omezený nebo jako všudypřítomný nadčasový fenomén. Pojem byl poprvé použit R.Pannwitzem v roce 1917 v práci “Die Krisis Europäischen Kultur”, kde definuje

⁵ O filosofických východiscích a dalších tématech zde uvedených pojednám podrobněji níže.

postmoderního člověka⁶. Postmodernismus lze sledovat nejen ve filosofii, ale také v historii, sociologii, v architektuře, v umění⁷.

Lyotard (1993) uvádí, že slovo postmoderno v sobě obsahuje i budoucí (post) a zároveň právě minulé (modo). Post také podle něj značí nové zaměření vystřídávající předchozí. O předponě „post“ humorně pojednává Peregrin (1994, s. 89) *„Od té do doby, co Francois Lyotard zpopularizoval pojem postmodernity, stala se předpona post nebyvale produktivní součástí jazyka. Žijeme ve světě, který je nejenom postmoderní, ale i postindustriální; my navíc ještě ve světě posttotalitním či postkomunistickém. Ve filosofii máme kromě postmoderny i poststrukturalismus.“*

Postmodernismus, jak uvádí Bauman (1995), značí konec jednoho paradigmatu, které nezná plurál. Malura (1994) a Lyotard (1993) zdůrazňují, že postmodernismus zpochybňuje myšlenku všeobecného pokroku, rozvoje, ideje technické moci nad světem, všezahrnující racionality. Postmodernismus nesouhlasí se všeobecnými názory, které by měly lidstvu zajistit svobodu a blahobyt. Dle Baumana (tamtéž) žijeme nikoliv v pokroku, ale v riziku. Žijeme nikoliv projektem, ale projekty. Welsch (1994) uvádí, že neexistuje absolutní pravda, každý výlučný nárok pochází z nelegitimního povyšování toho, co je jen dílčí, na absolutno. Lidská skutečnost je souborem možností neurčených a nedeterminovaných super-projektem. Welsch (1994) chápe postmodernismus také v samotném životě jedince, který žije „v plurálu“, má v mysli protichůdné myšlenky a způsoby života. Platnost tvrzení se pak týká konkrétního kontextu. Objevuje se pocit svobody a možností, který je však dle Baumana (tamtéž) klamný, protože vše provází nejistota, neurčitost.

Postmoderní filosofové (např. Lyotard, Foucault, Rorty, Bělohradský aj.) poukazují na to, že svět je nutno chápat jako různorodý a nejednoznačný. Bauman (1995) ve svých úvahách o postmoderní době pojímá postmodernu jako **pluralismus kultur, tradic, jazykových her a forem** života. Vědění tak nemůže být posuzováno absolutně, avšak vždy je důležitý kontext. Jako hlavní problém mnohosti a skutečnosti, že se svět skládá z mnoha na sobě nezávislých podstat,

⁶ Blíže k vývoji pojmu postmodernismu, jeho užití a obsahu viz např. Heczko (1997) nebo Welsch (1994).

⁷ Postmodernismus se objevuje v literatuře (J.Barth, T.Pynchon, K.Vonneguth, E.L.Dootrow, G.G.Marquez, U.Eco, G.Grass, V.Nabakov aj., M.Kundera, V.Páral, P.Řezníček, E.Bondy, V.Páral, J.Topol), výtvarném umění, filmu (D.Lynch, W.Allen, J.Jarmusch) (podle Malura, 1994) V sociologii A.Etzioni, D. Bell, Habermas, v architektuře pak H. Klotz (Welsch, 1994).

pak Bauman (1995) i Malura (1994) vidí porozumění a komunikaci mezi kulturami a tudíž i cestu k sblížení. Stejně tak Welschův (1994) koncept transverzálního rozumu – myšlení, které nehledá nadřazení a podřazení, nýbrž setkání a výměnu – vede ke schopnosti nahlédnout skutečnost jinými očima. Transverzální rozum přechází od jedné racionality ke druhé, rozlišuje je, spojuje a vyrovnává změny. Hubík (1994) zdůrazňuje, že končí eurodominance v globálním měřítku, zdůrazňována je idea svobody. Význam je kladen na intersubjektivní nikoliv objektivní vědění.

Postmodernismus se vyznačuje nedůvěrou k racionalistickému a objektivistickému vědeckému myšlení jako k jedinému možnému výkladu světa. Důraz klade i na jiné přístupy ke světu, na alternativní pohledy. Právě dialog mezi objektivistickým, scientistickým myšlením a pluralitním ideálem představuje podle Havla (1994) dialog mezi modernou a postmodernou. V parafrázi na Jeana-Francoise Lyotarda lze říci, že metapříběh vědy ztratil na důvěryhodnosti (Petříček, 1994). Meta-vyprávění, které bylo dříve vůdčí ideou, je dle Welsche (1994) nemožné, zejména proto, že nelze nalézt jedno univerzální, stejně tak proto, že postmoderna prohlédla klam celkovosti. Bauman (1995) uvádí, že je třeba se místo chlácholivé jistoty pustit do neklidu, rozbití posvátných pravd a neúčastnit se jazykových her⁸ většiny. Tento důraz na pluralismus, snaha o alternativní pohledy a relativizování posvátných pravd je systemickému přístupu vlastní.

Postmodernismus s sebou nese dle Baumana (1995) tázání po identitě. Identita (či osobnost) pak nejsou něco, co je předem dané. Identita je sled hledání, je to proces, na jehož konci dochází či nedochází k nalezení. Stejně tak životní dráha jedinců není jasná a jasně daná. Dochází k absenci konstantních sociálních struktur, které by určovaly, co je možné, a které by byly dostatečnou oporou v následování zvoleného směru. Objevuje se vším prostupující dočasnost, prozatímnost a přechodnost. Dochází k přeformulování významu lásky na užitečnost, nasycenost, uvnitř níž se však skrývá prázdnota. Také kulturní kánon je nahrazován sérií krátkodobých mód s nádechem nikdy nekončícího karnevalu. Postmoderní tělo se snaží dosahovat požitků, zážitků a rozkoše až k nenaplnitelnosti.

Bauman (1995) pak rozlišuje několik typů lidí dle toho, jak se k postmodernímu světu staví – zevloun (snaží se být svobodný, spontánní, ale je otrokem reklamy, obchodů a televize), tulák (neví, kam směřuje, a to jej netrápí, důležitý je pohyb, který vede k nenaplněné touze), turista (vyhledává dojmy, jinakost aniž by sám něco dával) a konečně hráč (žije náhodou, usiluje o

⁸ O jazykových hrách se zmíním níže v kapitole 3.2. Tři hlavní filosofické kořeny ISZ.

výhru). Každý jedinec pak může obsahovat některou z prvků výše uvedených prototypů, osobnostních vzorců. Autor se také věnuje odcizení lidí ve městech, globalizaci, závislosti lidí na předmětech, mravní odpovědnosti. Vzhledem k rozsahu práce se dále Baumanovým pojednáním o postmodernismu zabývat nebudu a čtenáře odkazuji na jeho velmi čtivou publikaci.

Považuji ještě za důležité v kontextu této práce zmínit dělení postmodernismu dle Welsche (1994) na bezbřehý a precizní. Precizní postmodernismus se vyznačuje myšlenkami skutečné plurality, je promyšlený, reflektovaný a hluboce filosoficky zakotvený. Bezbřehý postmodernismus je chápán jako módní užívání relativizace všeho podle libovůle a chuti. Je fejetonistický, hlučný, postmodernismus konzumní kultury, „lunaparku“, propaguje libovůli („anything goes“). Reprezentanti této odnože jsou neúplně či nedostatečně obeznámeni s precizním postmodernismem. Je-li postmoderna často kritizována jako relativistická, nihilistická a nemorální, je to právě důsledkem tohoto módního plytkého směru. Systemická škola ISZ se v žádném případě k této skupině neřadí.

Zajímavé je pojetí postmodernismu, který Welsch (1994) nevyhraňuje tak ostře do opozice k modernismu. Pluralita se objevovala již v modernismu, proto postmodernismus může být chápán jako radikalizace jednoho rysu moderny. Pluralitu pak lze chápat jako paradigma, které rostoucí měrou ovlivňuje naše myšlení a cítění. Toto paradigma nemůže sama sebe postavit jako závazné, protože by popřelo samo sebe, ale může zabránit před nebezpečí jiných paradigmat.

3.3 TŘI HLAVNÍ FILOSOFICKÉ KOŘENY ISZ

Jako každý jiný psychotherapeutický směr, tak i systemika má svá filosofická východiska, na kterých je její teorie postavena. Dává tak prostor pro náhled na práci s klienty a pro úvahu a reflexi práce. Nedává sice ze své podstaty jednoznačné návody, ale ukazuje směr myšlení a uvažování o věcech. Ze všech možných filosofických směrů je systemická škola ISZ založena na třech hlavních teoriích:

1. poststrukturalistická teorie s obratem k jazyku (L. Wittgenstein, M. Foucault, J. Derrida).
2. radikální konstruktivismus (H. von Foerster, E. von Glasersfeld)
3. moderní biologická gnoseologie (G. Batson, P. Dell, H. Maturana, F. Varela)

Níže o těchto východiscích či kořenech systemiky pojednám s důrazem na jejich přínos do systemického uvažování a systemické praxe.

3.3.1 POSTSTRUKTURALISTICKÁ TEORIE S OBRATEM K JAZYKU

„Filosofie obratu k jazyku prokázaly, že je třeba změnit moderní náhled na zdroje, principy a počátky řádu reality – že je nutné hledat je ve skutečnosti mezilidské komunikace.“ (Hubík, 1994, s. 177)

Obratem k jazyku se myslí fakt, jak uvádí Hubík (1994), že se centrálním filosofickým tématem stal jazyk jako jediný nástroj filosofie. Od paradigmatu vědomí se přešlo k paradigmatu komunikace. Stěžejní práce pak vyšly ve 20. letech 20. století. Obrat k jazyku je Hubíkem (1994) chápán jako hlavní impulz k obratu k postmodernismu, jako stimul k vystřídání paradigmatu moderny paradigmatem postmoderny. Obrat k jazyku je hybatel současné racionality a kultury. Tento proud je velmi široký, moje práce proto neaspiruje na kompletní přehled filosofů patřících k obratu k jazyku, zmíním pouze ty, kteří jsou relevantní pro systemickou teorii a praxi. Pro úplnost uvádím, že označení „poststrukturalistická teorie“ značí, že daná teorie navazuje na strukturalistickou filosofii, tedy filosofii zabývající se jazykem a řečí⁹. Jazyk chápe jako strukturu nebo kód, který svůj smysl nebo význam odvozuje nikoliv z okolního světa, avšak od člověka, který jazyk užívá. Smysl není univerzální, je dle poststrukturalismu kulturně a sociálně podmíněn, závisí na rámci a kontextu, ve kterém je vykládán.

Za významného myslitele, který přispěl k obratu k jazyku lze považovat Michaila M. Bachtina¹⁰, který základ budoucí filosofie chápal v dialogu. Kladl důraz na sociálnost výpovědi a ztělesnění vědomí ve znaku. Řečový styk podle něj vychází z konkrétních situací, které mohou vzniknout díky sociálnímu styku v daném kulturním kontextu. Význam je podle něj kulturní jednotkou. Naznačuje tak pojetí vědomí jako fikce, **mnohonásobnost jazykového systému**. Klade také důraz na dorozumění pomocí překladu významu z kontextu do kontextu. Bachtin akcentuje životní charakter komunikace, herní charakter jazyka a života je pak naznačen v pojmu žánr. Zdůrazňuje zkoumání lidové slovesné kultury, poezie, smíchové formy komunikace apod., zejména pak díky jejich svobodě a volnosti. Logiku chápe v celistvosti komunikace, nikoliv

⁹ Nejznámějším představitelem lingvistického strukturalismu byl Ferdinand de Saussure, který jazyku připisoval znakovou podobu.

¹⁰ Michail Michailovič Bachtin je ruský literární vědec. Své základní spisy vydal ve dvacátých letech 20. století. Inspiroval mnoha pojmy literární teorii i teorii filmu (např. chronokop, dialogičnost, karnevalizace) a také později mediální teorii.

v přísné pevné racionální logice. Proti strategii kódování klade svobodu dekódování a proti monologu pak dialog. Dialog pak chápe jako vzájemné obohacování (Hubík, 1994). Systemická teorie v rámci ISZ, zejména narativní prvky, také zdůrazňuje rozličnost a svobodu komunikace a často ve svých metaforách užívá jednotlivé formy literárních žánrů¹¹.

Tématu dialogu a hledání porozumění v mnohonásobnosti, stejně jako hernímu charakteru jazyka se kromě Bachtina věnuje také Ludwig Wittgenstein (1998). K filosofii obratu k jazyku velmi významně přispěl svou koncepcí jazykových her ve svém díle *Filosofická zkoumání*, které lze považovat za kompletní revidování předchozí teorie. Kritizoval ideál exaktnosti stanovený v *Tractatus Logico-Philosophicus*. Jazyk pojímal jako formu života, ze které nikdy nelze vystoupit. Jazyku připisoval vnitřní rozmanitost. Pojmenování je teprve příprava na užívání v rámci jazykové hry. Význam jazyka viděl v jeho užití, fungování v jazykových hrách. **Jazykové hry** pak chápal jako soubor praktik a způsobů jednání. Různí lidé si pravidla interpretují různým způsobem (Wittgenstein, 1998).

Právě z Wittgensteinova pojetí jazykových her vychází pojetí postmodernismu s důrazem na pluralitu vykládání světa (Petříček, 1997). Hranice mého světa jsou hranice mého jazyka. Náš svět získává strukturu až skrze jazyk, svět je tedy utvářen za pomoci jazyka, ne z jazyka, jak upozorňuje Peregrin (1998). Parafrázuji-li Richarda Rortyho „svět-jak-je-podle-nás“ nemůže být konfrontován se „světem-jak-je-doprawdy“, jedině se „světem-jak-je-podle-někoho-jiného“. Z tohoto momentu vychází systemická terapie v tom smyslu, že dává lidem právo vidět svět dle svých výkladů. Usiluje o to, aby se terapeutická jednotka (klient a terapeut) snažila najít společnou řeč, společné významy, ve kterých může docházet ke konstruování řešení. Terapeut také využívá reflektování v rámci sezení toho, v jaké jazykové hře se společně s klientem nacházejí. Terapeut díky tomu může rozlišovat jednotlivé úrovně a kontexty sezení, jazykové hry soustřeďující se na problém nebo na spolupráci vedoucí k řešení (Schlippe, Schweitzer, 2001).

Wittgensteinův koncept jazykových her aplikoval Jean-Francois Lyotard v pojetí „**metanarací**“ (velkých vyprávění) a metadiskursů. Posunul tak Wittgensteina do pozice předchůdce postmodernismu, který měl odvalu k vytvoření základu novému paradigmatu ve filosofii. Lyotard (1993) dále zdůrazňuje nedůvěřivost k metadiskursům (metavyprávěním), která je pro postmodernismus typická. Zejména pak nemožnost univerzální jazykové hry, která by

¹¹ Blíže o žánrech v psychologii a terapii viz např. Chrz, Čermák (2005)

skutečně předepisovala, „jak se to skutečně dělá“. Už vůbec nepřipisuje tuto preskriptivní funkci vědě. Vědec, stejně jako kdokoli jiný, „vypráví historky“ s jediným rozdílem, že je musí ověřit (Lyotard, 1993). Metanarace mají dle Lyotarda (1993) legitimovat společenské a politické instituce a praktiky.

Postmoderní je dle Lyotarda (1993) ten, kdo si uvědomuje neredukovatelnost jazykových, myšlenkových a jazykových her. Ztrácí se tak možnost být ve vědě nezúčastněným pozorovatelem, nelze oddělit subjekt a objekt. Vědec se stává součástí hry (výzkumu), který sám ovlivňuje, ale je si toho vědom a reflektuje to. Věda je svébytná jazyková hra, která nemůže legitimizovat ostatní jazykové hry. Nedůvěřivost k metanaracím je významné východisko v systemické terapii, které umožňuje kritický pohled na velká vyprávění a předpoklady, ve kterých terapeut a klient žijí. Stejně tak nemožnost být nezúčastněným pozorovatelem je pro systemickou terapii stěžejní. Terapeut je považován za součást systému, který ovlivňuje a spoluvytváří.

Preskriptivní vymezení a předurčenost toho, o čem se má hovořit, kterému se věnuje Lyotard, tvoří podstatnou součást pojetí Michela Foucaulta. Foucault ukazuje strukturalismus jako zdánlivě synchronní a jednotný, aby posléze ukázal heterogenitu diskursů (Welsch, 1994). Upozorňuje na to, že možnosti diskursů a výpovědí jsou vymezeny **epistémou** – duchovním útvarem, který je určen časově, prostorově i sociokulturně. Epistémé vnitřně určuje, o čem a jak se v konkrétních **diskurzech** (konverzacích, vyjádřeních myšlenek) hovoří nebo píše (Hubík, 1994). Epistémé nám umožňuje pohybovat se v uspořádaném světě, nutí nás myslet určitým způsobem (Petříček, 1997). Foucault tak hovoří o historickém (či komunikativním) a priori. Jedinec je sociálním konstruktem diskursu, naše myšlení je tedy dle Foucaulta svobodné jen zdánlivě. Epistémé tak patří k modernismu, který nerespektoval pluralismus.

Foucault také poukazuje na obtížnost porozumění mezi diskursy. Upozorňuje na politickou a etickou moc diskursu i jeho znakového založení. Demonstruje ji na třech úrovních – zakázaného slova, rozlišování správného a chybného, rozumu a šílenství – například v knize Dějiny šílenství. Zdůrazňuje v ní zejména kulturní podmíněnost jevu normality a ukazuje postavení duševně nemocného člověka jako ne-rozumu, ne-člověka, ne-subjektu (Foucault, 1994). To, co rámec stanovený řádem kultury překračuje, je pak označováno za „šílenství“. Inspirace systemické terapie Foucaultovým přístupem je zřetelná v soustředění se na hranice diskursu určovanými epistémou. Lépe řečeno snahou o její překročení či uvědomění si respektování hranic co si lidé smí či nesmí myslet. Toto uvědomění vede k pocitu autorství

vyprávění a posléze pocitu autorství svého života. K tomuto může docházet nejen v oblasti diskursu o duševním životě a normalitě, ale také v rámci jiných témat v terapii.

Dalším významným autorem, který ovlivnil systemické myšlení, je Jacques Derrida, Foucaultův žák. Výchozí a podstatné je v jeho teorii, stejně jako u Foucaulta či Lyotarda, reálná řeč, promluva, a to nejen jako hlas, ale i jako písmo. Stejně jako Foucault studuje společenské mocenské struktury, které se skrývají za jazykem a jazykem se reprodukuje. Derrida se také věnuje **diferencím** – rozdílům mezi znaky, které zakládají významové odlišnosti. Znak je vymezen diferencí k jiným znakům, ale tato diference je vždy v pohybu. Vymezení znaku spočívá v tom, co je nepřítomné (Petříček, 1997). Časový a prostorový význam diference spojuje a rozděluje diference. **Diferanci** chápe jako počátek diferencí, jako pohyb, který dává počátek tkaninám diferencí a jejich výsledkům. Diskurs je podle Derridy vědomá reprezentace textu, která vychází ze zkušenosti osoby, která jej čte nebo píše (Hubík, 1994). Derridova filosofie proto bývá označována jako filosofie rozdílu (Schlippe, Sweitzer, 2001).

Derrida je autor známého pojmu **dekonstrukce**. V jeho pojetí se jedná o pokus o otevření textu množství smyslů a významů. Zprostředkovaně pak otevření našeho myšlení k tomu, co je k němu jiné tak, aby myšlení nevedla předem stanovená pravidla (Derrida, 1993). Sám zdůrazňoval, že se nejedná o metodu čtení textu, ale o událost, která se v textu (v jazyce) děje. Je funkcí samopohybu jazyka, je hrou diferencí. Jazyk a řeč jsou Derridou chápány jako život, nikoliv systém. Každý znak a význam je stopou jiného znaku a významu. Dekonstrukce pak odhaluje nedůslednosti, kontradikce a paradoxy významové struktury textu (psaného a mluveného). Ukazuje, co je podivné, zvláštní a obtížně pochopitelné v tom, co je nám běžné, známé, tak, že to ani nevidíme. Dekonstrukce odhaluje nejistotu tam, kde stál náš neotřesitelný základ. Ukazuje, že je důležitá volba a odpovědnost za ni. Dekonstrukce ukazuje, že nemá cenu odlišovat označující od označovaného, nemá cenu hledat počátek a konec. Nepůsobí zevnějšku, ale zevnitř. Dekonstrukce může vést k relativismu, ale rozkládá i každý relativismus. Sám Derrida (1999) se věnuje dekonstrukci textu Lévi-Strausse a Rousseaua, na kterém ukazuje uzavřenost pojmů v rámci jednoho diskursu.

Dekonstrukce dekonstruuje každý princip včetně sebe samé, protože neaspiruje na princip, který má absolutní platnost. Komunikativní a priori se rozloží ve všech poznaných formách (Hubík, 1994). Soustředění se na vymezování rozdílů významů slov, hledání nesrovnalostí, paradoxů v mluvě a na dekonstrukci ve smyslu hledání nových významů a

interpretací jsou stěžejní v rámci systemického přístupu. Je třeba si uvědomit, že dekonstrukce není destrukcí klientova obrazu světa, jedná se o průzkum významů principů, které se jeví jako samozřejmé, apriorní. V rámci systemické terapie je možné přemýšlet nad dominujícím vyprávěním a dekonstruovat jej.

Jak jsme viděli, poststrukturalismus je významnou studnicí myšlenek systemické terapie. Níže uvedená tabulka pro přehlednost shrnuje základní autory poststrukturalismu s důrazem na přínos pro systemickou terapii.

Autor	koncept	Přínos pro systemické myšlení a terapii
Bachtin	Mnohonásobnost komunikace, žánry	Užití žánrů v terapii, hry s jazykem, humor
Wittgenstein	Jazykové hry	Sebereflexe jazykových her v rámci dialogu s klientem
Lyotrad	Metanarace, metadiskursy	Nedůvěřivost k velkým vyprávěním (metanaracím), zkoumání jejich přínosu pro klientův život
Foucault	Diskursy, Epistéma	Objevování a překračování zdánlivých hranic klientova a terapeutova myšlení
Derrida	Dekonstrukce	„Znesamozřejmování“ významů klienta, znovunabytí autorství klienta jeho příběhu, hledání výjimek, rozvoj alternativních příběhů

Tab. 2 – Poststrukturalistická inspirace pro systemické myšlení a terapii (N.N.)

3.3.2 RADIKÁLNÍ A SOCIÁLNÍ KONSTUKTIVISMUS

„Svět, jak jej vnímáme, je náš vlastní výmysl.“ (Heinz von Foerster)

Radikální konstruktivismus je druhý významný zdroj myšlenek ISZ. Konstruktivismus značí filosofickou perspektivu, která vidí veškeré lidské vědění konstruované na základě lidské percepce a sociální zkušenosti. Hlavním rysem konstruktivismu pak je, že se nesoustředí na ontologickou realitu, ale na realitu, kterou si lidé vytváří. Jádrem zjištění pak je, že hypotézy, které si o světě vytváříme, nejsou ověřitelné. V rámci psychologie je nejznámějším

představitelem konstruktivismu americký psycholog a psychoterapeut Georgie Kelly, autor psychologie osobních konstruktů (Schlippe, Schweitzer, 2001). Kelly svoji techniku, ve které lidé hovoří o svých osobních konstruktech, aplikoval také na psychoterapii. Neinterpretoval lidské chování, ale facilitoval klienta, aby hledal své konstrukty.

Radikální konstruktivismus pak představuje odnož konstruktivismu, která soudí, že veškeré vědění je konstruováno lidskou myslí a nevzniká tak kompilací empirických dat. Podle hlavního představitele Ernsta von Glasersfelda (1996) představuje radikální konstruktivismus nekonvenční způsob uvažování o problematice vědění a o vědění samotném. Vědění existuje v mysli lidí, kteří jej zkonstruovali na základě své vlastní zkušenosti. Svět, ve kterém žijeme, tedy vzniká na základě naší zkušenosti, která je subjektivní. Podle radikálního konstruktivismu neexistuje objektivní realita. Navazuje tak na myšlenky skepticismus, který pochybuje o možnosti poznat objektivní skutečnost. Konstruktivismus existenci objektivní skutečnosti vylučuje, avšak skutečnost jako takovou nepopírá. Chápe ji jako něco, na čem se lidé shodnou, jak trefně ilustruje níže uvedený citát.

„Co je realita?“ „To, na čem se shodla většina lidí. Ne nutně to nejlepší nebo nejlogičtější, ale to, co se přizpůsobilo obecnému přání. Vidíte, co mám na krku?“ „Kravatu.“ „Správně. Vaše odpověď je logická a odpovídá přístupu normální osoby: kravatu! Šílenec by řekl, že mám na krku nějaký barevný, směšný, zbytečný a složitě uvázaný kus látky, který mi nakonec ještě omezuje pohyb hlavy a nutí mě k větší námaze, chci-li dostat do plic vzduch... Kdybych v blízkosti ventilátoru nedával pozor, tak by mě mohl hadr uškrtit. Pokud by se mě nějaký šílenec zeptal, k čemu taková kravata slouží, musel bych odpovědět: vůbec k ničemu. Není to dokonce ani ozdoba, protože dnes se kravata stala symbolem útlaču, moci a odstupu. Kravata je dobrá jedině k tomu, že ji můžeme sundat, když přijdeme domů, a mít tak pocit, že jsme se něčeho zbavili, i když nevíme čeho.“ (Coelho, Veronika se rozhodla zemřít, 2000, s. 71-72)

Radikální konstruktivismus na počátek staví pozorovatele, který tvoří rozlišení, která tvoří jeho realitu. Všichni si vytváříme konstrukty – mapy, které představují způsoby, jak vidíme svět kolem nás. Je důležité si uvědomit, že mapa, kterou si tvoříme, nepředstavuje území (McNamee, Gergen, 1999). Tento aspekt je významný vzhledem k tomu, že je možné na jednu věc pohlížet více způsoby. Klient si může vytvořit více perspektiv (více pozorovatelů) ze kterých vidí věci kolem sebe.

Jak uvádí Ernst von Glasersfeld (1996), neodhalujeme venkovní svět, ale vynalézáme ho, konstruujeme. Pomocí těchto konstruktů pak může být organismus ve světě životaschopný. Není tedy podstatné, jak konstrukty odpovídají realitě („match“), ale jak se hodí k přežití v rámci reality („fit“). Tato myšlenka je jedna z nejpodstatnějších, kterou von Glasersfeld přinesl do systemické terapie. Je důležité, jak náš obraz světa je užitečný pro jeho porozumění, nikoliv, jak je pravdivý (Pecháčková, 1992). V rámci systemického myšlení se snaží terapeut nalézt soulad v konstrukcích reality s klientem. Dále také poukazuje na životaschopnost a užitečnost daných konstruktů. Stejně jako v poststrukturalismu, tak i v radikálním konstruktivismu, je zdůrazňováno vyjednávání významů mezi terapeutem a klientem v rámci sezení.

Objektivistický pojem „skutečnost“ nahrazuje radikální konstruktivismus pojmem „pozorovatele“. Svět potom není na pozorovateli nezávislou skutečností, ale právě konstruktem pozorovatele, který je za takto vytvářený svět plně odpovědný. Koncept konstruktivismu vychází z kybernetiky II. řádu, která se zabývá pozorujícími systémy, které nemohou být odděleny od pozorovaného (Heylighen, 2001). Konstruktivismus se posléze rozvíjí od metafory kybernetické k metafoře narativní. V rámci vyznavačů narativní metafory pak hovoříme o tzv. **sociálním konstruktivismu**, jehož nejvýznamnějšími představiteli jsou K. Gergen, L. Hoffmanová, H. Goolishian, T. Anderson. Lidská skutečnost se konstruuje komunikačními procesy v konkrétním specifickém historickém kontextu. Sociální konstruktivismus chápe osudy lidí jako příběhy, které jsou vyprávěny. Člověk dle nich žije ve světě, který si vytváří v jazyce v sociálním kontaktu s druhými. Člověk je vypravěč a tvůrce příběhu, přiděluje tak jednotlivým událostem význam. Význam pak vede k chápání souvislostí a k přesvědčení o příčinách a následcích. Vyprávění pak směřuje nejen k sobě samému, ale také k druhým lidem a vytváří tak společnou realitu (Kratochvíl, 1998). Sociální konstruktivismus zdůrazňuje rozmanitost perspektiv, které mohou lidé zaujímat. Tento směr inspiroval narativní přístupy k terapii, které vychází z toho, že význam příběhu lze přetvářet v rámci sezení tak, aby se v něm klient cítil lépe, chápal se jako jeho autor. O narativním přístupu se zmíním níže.

Jak uvádí Andersenová a Goolishian (1999), až v průběhu společného dochází k sociální konstrukci významů, problém získává tvar, konstruuje se. Terapeut toleruje nejistotu, se kterou vstupuje do sezení, kdy předem neví, co jej bude čekat. Neustále se obrací na klienta, aby v rámci dialogu utvářel společný jazyk, stejně jako strukturu sezení. V dialogu se pak terapeut a klient

společně snaží o rozpuštění problému. Terapeut je expert na konverzaci, na dialog, na facilitaci, otevírání nových možností. Z této pozice vychází pojetí terapeuta a klienta, které vyznává ISZ¹².

Andersenová a Goolishan (1999) vymezují terapeuta jako pomocníka klienta, který je expert. Terapeut je od počátku rozhovoru v pozici nevědění, nepřichází s hypotézami, které by si posléze testoval. Nejedná se o to, jak upozorňuje Vybíral (2006), že by terapeut nevycházel z žádné filosofie nebo teoretických východisek – samotná **pozice „nevědění“ (not knowing)** a konstruktivismu je teoretickým východiskem. Stejně tak Andersenová a Goolishan (1999) připouští, že v terapeutově mysli existují soudy předem, které jsou podloženy minulou zkušeností. Avšak je podstatné, jak s nimi terapeut naloží. Pokud zůstane otevřený a dá se na cestu porozumění, své významy může v konverzaci s klientem společnou vzájemnou konstrukcí pozměnit. Nejedná se o nějaké plytké kouzelní slovy, ale jak uvádí Efran: *„Problémy vznikají díky společnému rozlišování, ale jakmile jsou rozlišeny, nelze je nechat zmizet verbálně kejklářským trikem. Radikální konstruktivisté se nesnaží dávat klientům formulkovité a vemlouvavé reinterpretace jejich věcí, aby se cítili lépe. Spíše se zajímají o to jak pomoci klientovi vyjasnit si nejasnosti soužití a konflikty požadavků na jeho jednání, které vycházejí z mnohosti společenských členství. Jako konstruktivní terapeuti klienty zveme, aby si urovnali teritoriální pochybnosti k vlastní spokojenosti.“* (Efran, 1997, s. 23)

3.3.3 MODERNÍ BIOLOGICKÁ GNOSEOLOGIE

„Jeden z mých nejoblíbenějších příběhů o Picassovi vypráví, jak Picasso maloval manželku jednoho bohatého muže, za což si samo sebou vyžádal vysoký honorář. Výsledná podobizna měla – jak jinak – jedno oko a tři nosy. Zákazník se vzpíral za obraz zaplatit a namítal „Tohle není moje žena.“ „Opravdu?“, opáčil umělec. „Ne,“ pokračoval zákazník a vytáhl z peněženky fotografii. „Tohle je moje žena.“ Picasso se na fotografii chvíli díval a pak řekl „Ta je ale malá!“ (Jonesová, 1996, s. 11)

Podobný přístup k poznání reality jako v radikálním konstruktivismu můžeme najít v moderní biologické gnoseologii. Jak uvádí Gregory Batson, její hlavní představitel, realitu si vytváříme každý v sobě na základě své neurofyzilogické organizace a struktury (systému vztahů). Objektivní realita, ať již má jakoukoliv formu, je nám nepřístupná. To, jak událostem rozumíme, je pak dáno kontextem, na jehož základě tvoříme o pozorovaném vlastní konstrukty –

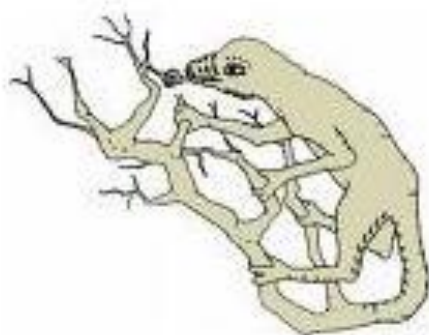
¹² O pojetí terapeuta a klienta v rámci ISZ pojednám níže v kapitolách 3.5.1 a 3.5.2.

mapy. Batson zde vychází z Alfreda Korzybského, polského vědce, matematika a autora obecné jazykovědy. Korzybský svým tvrzením, že **mapa není území**, demonstruje, že vysvětlení významu nějakého jevu, abstrakce či metaforické vyjádření nějaké věci není věc sama (Pecháčková, 1992). Korzybski také demonstruje, že to, jak vnímáme svět, je dáno neurolingvistickou reprezentací světa. Demonstruje tuto svoji myšlenku na přednášce, kdy nabídne studentům v první řadě sušenky, na kterých si pochutnávají, až do té chvíle, než odkryje obal, na kterém je nápis „Sušenky pro psy“.

Mapa dle Korzybského nereprezentuje celé území. Z tohoto vychází Bateson, který soudí, že to, co zanášíme do mapy, nejsou věci samotné, ale **rozdíly**, které nesou význam. Tyto rozdíly tvoříme my sami. Kontextem, ve kterém rozumíme světu, ve kterém si vytváříme mapu, je dle Batsona kulturní vzorec díky kterému lidské chování nabývá významu. Přesvědčení o tom, jaký svět je, zároveň determinuje to, jak jej vidíme (Dell, 1985).

Batsenovu myšlenku determinace systému strukturou rozvíjí Huberto Maturana, chilský biolog. Vychází z předpokladu, že svět je determinován strukturou, která specifikuje, se kterými událostmi v prostředí může objekt interagovat. Struktura se mění s každou interakcí. Objektivní informace o světě neexistuje, žijeme v doméně na subjektu závislé reality, na subjektu závislého vědění (Dell, 1985). Pozorovatel tvoří popisy na základě své struktury a psychologického rozlišení. Bateson na rozdíl od Maturany připouští existenci objektivního světa. Je to právě to, co nemůžeme vědět nebo nemůžeme poznat. Na základě determinace strukturou pak můžeme vysuzovat, že klient si z terapeutického sezení odnáší to, co odpovídá jeho struktuře, terapeut nemůže na klienta působit tak, aby si odnesl to, co terapeut chce.

Další důležitý Batesonův postulát je, že veškeré pozorování a jeho výsledek závisí na **interakci pozorovaného a pozorovatele**. S tím se shoduje Maturantovo tvrzení, že chyby v nějakém systému (např. rodiny nebo jedince) závisí na pohledu pozorovatele. Systém jako takový je dle Maturany bezchybný, protože reaguje v souladu se svoji strukturou. Na této úvaze postavil Dell (1985) svoje pojetí rodiny, ve kterém odstranil koncept patologizace rodiny či jedince. Vždy tedy závisí na pozorovateli, který situaci hodnotí, a který rozhoduje o tom, zda se jedná o patologii nebo nikoliv. Názornou ilustraci pohledu Maturany a Varely, ve kterém je pozorovatel účasten na veškerém dění, má vliv na celý systém, rozlišuje v něm, nám poskytuje níže uvedený obrázek. Plyne z něj, že pozorovatel je součástí systému, který pozoruje, tím pádem jej i určuje a určuje své postavení v něm.



Obr. 2 – Pozorovatel jako součást systému (dle Pokorné, 2001, s. 45, obr. 8. – převzato z Maturana a Varela, 1987, s. 258)

Velmi silný vliv na přístup ISZ, který je znatelný v mnoha aspektech praktického přístupu, měla také Batsonova koncepce **cirkulární kauzality**. Cirkulární kauzalita je pojímána jako vzájemné ovlivňování částí systému na základě zpětné vazby. Dle Batsona je pro živé systémy charakteristické vytváření zpětnovazebních okruhů, nikoliv sekvencí příčin a následků. Na rozdíl od lineární kauzality nepojímá osobnostní rysy jako neměnné (Dallos, Draper, 2000). Batson inspiroval psychoterapii svým konceptem dvojné vazby (double-bind), která vychází právě z cirkulární kauzality, tedy z okruhů, které zpětně ovlivňují lidské jednání. Tato teorie byla používána dlouhá léta pro vysvětlení vzniku schizofrenního onemocnění, zejména v 50. letech školou Palo Alto. Problémy, kterým se vystavujeme, pokud uvažujeme ve smyslu cirkulární kauzality, ilustroval Bateson často na příkladě z knihy Alenka v říši divů L. Carrolla, kdy se Alenka pokoušela hrát kriket plameňákem a ježkem.

„Největší nesnáz měla Alenka zprvu se svým plameňákem; podařilo se jí sice pěkně si ho popadnout a sevřít jeho tělo pod paží tak, aby mu nohy visely dolů, ale vždycky, když už mu pěkně narovнала krk a chtěla uhodit do ježka jeho hlavou, pokaždé se znovu zkroutil a otočiv krk, pohlédl jí do obličeje s tak udiveným výrazem v tváři, že se nemohla ubrániti smíchu; a když se jí zase podařilo ohnout mu hlavu dolů, shledala ke své mrzutosti, že se ježek rozvinul z kuličky a utíkal pryč; a mimo to kdykoli chtěla ježka někam odpálit, shledala, že je v cestě kopeček nebo

brázda, a jelikož ještě k tomu vojáci, představující branky, neustále vstávali a odcházeli na jiný konec hřiště, usoudila Alenka, že je to vsutku obtížná hra.“ (Carrol, Alenka v říši divů, 2006)

Maturana, a také Francisco Varela, rovněž chilský biolog, Maturantův žák, v myšlence Batsenovy kauzality pokračuje dál a soudí, že kauzalita je jako taková nemožná. Máme pouze psychologický zážitek kauzality, protože z pozice pozorovatele přidělujeme světu znaménka – příčinnost a následek. Neuvědomujeme si, že interakce znamená strukturou determinované spojení mezi věcmi. Maturana a Varela totiž soudí, že reakce organismů včetně člověka není determinována působícím podnětem, ale vnitřním stavem organismu rozhodujícím, zda je vůbec reagovat schopen. Inteligentní systémy jsou strukturálně plastické – jsou to systémy, které se učí, přizpůsobují se prostředí, aby se k němu „hodily, sedly si s ním“. Bohatě se svým prostředím propojují. S tím souvisí Maturanano tvrzení, že **instruktivní interakce není možná**. Interakce nemůže způsobovat konkrétní změny v živém systému přímo, systém musí vždy odpovídat vzhledem ke své organizaci a k její struktuře (Schlippe, Schweitzer, 2001). Systémy nemají žádné vstupy a výstupy. Pro terapii z toho plyne, že terapeut nikdy nezasahuje a nezpůsobuje svými zásahy přímo. Je to právě klient a jeho struktura, které určují, jakým způsobem se k prostředí bude stavět a jak zareaguje.

Konkrétním způsobem zpracování našeho strukturálního spojování s jinými organismy v našem prostředí, které jsou také strukturně plastické, je dle Maturany jazyk. Objekty dle Maturany neexistují před jazykem, rozlišení vznikají prostřednictvím vnímání v jazyce. Rozlišení však lze činit pouze taková, která jsou dovolena fungováním daného jedince při spojování s prostředím. Sociální systém je pak Maturanou chápán jako společenství lidí – biologických bytostí, které sdružují své struktury v chování v jazyce – v **jazykování**. Vytváří v jazyce svoji individualitu, ale také se účastní sociálního konsenzu – jazykové shody, pospolitosti. Lidské společenství existuje v jazyce. Všechna pozorování a rozlišování v jazyce mají dle Maturany stejnou validitu, všechny reality, které vytváříme, jsou legitimní (Pecháčková, 1992). Vysvětlení, které si světu dáváme, jsou pro nás samotné „objektivitou“. Tato objektivita v závorkách plyne z naší osobní zkušenosti, z emočního prožívání nebo z vědeckých poznatků (Ludewig, 1994). Neexistuje objektivní systém (například rodiny), ale existují rozličná rozlišení, která kreslí různí pozorovatelé. **V mnohonásobném vesmíru (v multiverzu) pravda není objektivní a jediná, je rozmanitá**. Existuje tolik realit, kolik existuje konverzací. V rámci terapie je tato myšlenka velmi

důležitá, protože staví rozlišení terapeuta a klienta týkající se světa jako rovnocenné a legitimní. Terapeutická konverzace pak vede ke generování nových významů, nových rozumění života. Pozice nevědění terapeuta a jeho zvědavost vytváří tento kreativní prostor, ve kterém má klient pocit autorství a svobody (Dryche, Zayas, 1995). Maturana poukazuje na to, že je třeba pohlížet na užitečnost konstrukce realit v komunikaci s klientem. Navrhuje vést „logical book“, čímž myslí mechanismu, který redukuje svévolnou konstrukci realit, která není pro klienta užitečná, a která plyne pouze z povrchního pochopení konstruktivismu (Ludewig, 2003).

Na Maturanovo pojetí sociálního systému navazuje Niklas Luhmann, německý sociolog¹³. Na rozdíl od Maturany nevidí systém složený z biologických jednotek, ale prvky sociálního systému chápe komunikační akty. Vztahy mezi komunikačními akty jsou charakteristické **napojením, připojením**. Smysl je utvářen na základě biologických a sociálních procesů, operuje skrze komunikaci a porozumění. Nalézání smyslu je chápáno jako subjektivní operace. Napojování na klienta a jeho pojetí světa, na jeho jazyk, se stalo stěžejní v rámci terapeutických sezení. Je to východisko společné práce terapeuta a klienta. Luhmann soudí, že každý systém redukuje komplexitu prostředí tím, že si z něj vybírá určité jevy, které pro něj nabývají významu. Každý systém je reprodukován v komunikaci, podle toho, zda nese význam. Pokud již není reprodukován, rozpouští se v prostředí, ve kterém vznikl. Tuto vlastnost systémů nazývá Luhmann termínem, který přejímá od Maturany a Varely – **autopoiesis**¹⁴. Tento pojem zdůrazňuje strukturální determinovanost, autonomii a operacionální uzavřenost systému, který operuje vlastními stavy.

Jak můžeme vidět, moderní biologická teorie v kombinaci s teorií sociálních systémů Luhmanna jsou velmi cennou studnicí systemického myšlení, i přes to, že hlavní představitel Gregory Bateson terapeut nebyl a terapii jako takovou chápal za epistemologický mýtus. Vzhledem k rozsahu diplomové práce nyní toto téma opustíme a níže se zaměříme na aplikaci těchto myšlenek v rámci jednotlivých systemických terapeutických škol.

¹³ Propojení obou teorií – Maturanovy a Luhmanovy - učinil Kurt Ludewig (viz níže).

¹⁴ autopoietický značí samo-tvoření, samo-produkci. Struktura se dle Maturany a Varely může měnit dokud zůstane zachována organizace (Pecháčková, 1992).

3.4 PĚT VÝZNAMNÝCH PSYCHOTERAPEUTICKÝCH ŠKOL COBY VÝCHODISEK PŘÍSTUPU ISZ

Přístup, který vznikl a nadále vzniká v rámci ISZ, není jen směsicí metod. Vychází z níže uvedených historických a teoretických kořenů, ze kterých však byl vytvořen svébytný systém uvažování. Je důležité upozornit na to, že rozlišení předchůdců systemiky hodnotíme až z dnešního pohledu. Díky hlavnímu východisku, kterým je sebereflexe terapeuta, dochází k vědomému utváření vlastního stylu u každého terapeuta, v rámci něhož užívá různých technik, které mají původ v jednotlivých teoretických školách. Tato schopnost sebereflexe je pak chápána jako hlavní předpoklad terapeutické práce.

Níže stručně vymezím teoretické přístupy a jejich praktickou aplikaci – Milánskou školu, narativní přístupy, krátkou terapii zaměřenou na řešení, Hamburskou školu Kurta Ludewiga – s důrazem na jejich aplikaci v praxi terapeutického kontextu. Dané školy jsou vybrány proto, že tvoří základní přístupy užívané v rámci ISZ – terapii zaměřenou na řešení, terapii, která se je zaměřená na zakázku, hypnoterapii dle Ericksona a narativní terapii. Podívejme se nyní na tyto jednotlivé školy, které ovlivnily vznik ISZ, zejména pak na ty aspekty, které ISZ užívá ve svém teoretickém rámci a v jeho praktických implikacích.

3.4.1 MILÁNSKÁ ŠKOLA RODINNÉ TERAPIE JAKO ODRAZOVÝ MŮSTEK SYSTEMICKÝCH TERAPIÍ

Milánskou školu chápu jako odlišnou od ostatních psychoterapeutických předchůdců ISZ zejména vzhledem k tomu, že se od ní ISZ spíše vymezila negativně, respektive mnoho z tezí tohoto přístupu odmítla. Milánská škola (Centro per il Studio della Famiglia) vznikla v roce 1967, je reprezentována zejména Mara Selvini-Palazzoli, Luigi Boscolo, Gianfanco Cecchin, Guiliana Prata atd. (Jonesová, 1996). V 50. letech 20. století dochází k překonání strukturální fixace na psychiku a osobu, ale dogmaticky se setrvává u rodinného paradigmatu, patologie se odvozuje od rodinných struktur. Do tohoto proudu spadá také Milánská škola. Zastává koncept tzv. **schizofrenogenní rodiny** – patologické rodiny udržující svou homeostázi pomocí symptomů. Terapeut je chápán jako člověk, který může do rodiny zasáhnout (instruktivní interakcí) a vyvolat v ní změnu. Stačí v terapii najít schizofrenogenní transakce a přerušit je. Terapeut se řídí pravidly hypotetizování (vytváření hypotéz), které vychází z terapeutovy zkušenosti s jinými rodinami. Hypotézy se týkají celého systému, koalic, komunikace v rodině, o

funkčním začlenění symptomu do rodinné hry. Přístup se také vyznačoval cirkularitou (viz níže) a neutralitou (Ludewig, 1994). Právě poslední bod – neutralita terapeuta se stala centrem kritiky pozdějších terapeutů (Jonesová, 1996).

Z technik se v rámci Milánské školy nejčastěji zkoumaly rodinné rituály, zadávaly se paradoxní předpisy, které měly odbourat existující zaběhaný chybný rodinný rituál či hru. Terapeut také dodával pozitivní konotace způsobům chování, které jsou chápány jako negativní tak, aby s nimi bylo možno pracovat. V průběhu sezení je užíváno **reflektujícího týmu** – skupiny poradců, kteří sedí za jednocestným zrcadlem ve vedlejší místnosti a sledují sezení. Členové týmu plní za zrcadlem předepsané úkoly a pozorování, mohou kdykoliv do sezení zavolat a dát terapeutovi radu. Pozdější úprava pak byla, že terapeut za týmem odešel. Struktura sezení byla pevná – úvodní část s informacemi o dopršení, hlavní rozhovor terapeuta s klientem, konzultace s týmem, závěrečná reflexe zprávy z týmu (Jonesová, 1996). Každé sezení je zakončeno komentářem nebo úkolem. Nejčastěji kopírované ostatními školami je právě aranžmá užívané v rámci Milánské školy (Schlippe, Schweitzer, 2001). Milánská škola většinou užívala 10 sezení, mezi kterými byl dlouhý interval, proto bývá nazývána „dlouhá krátká terapie“ (Jonesová, 1996).

ISZ se inspiroje zejména dáváním úkolů na konci sezení, které však nemusí nutně nastat. Dále pak přijímá koncept reflektujícího týmu, avšak upravuje jej dle svého, vychází z nového pojetí týmu, jehož autorem je Tom Andersen (1985), norský sociální psycholog, který původní užití Milánskými chápe jako ponižující pro klienta, a proto jej přetváří s důrazem na ko-konstrukci a kybernetiku 2. řádu¹⁵. Na rozdíl od Milánské skupiny ISZ soudí, že všichni členové rodinného systému nemusí být na sezení fyzicky přítomni. Stačí tedy, pokud je přítomen jeden člen tohoto systému, který přijímá pohledy ostatních vzhledem k tématu, které se na sezení řeší. Také hypotetizování, které Milánská škola užívala, není součástí přístupu ISZ, protože může stavět terapeuta do expertní pozice (Úlehla, 1999). Stejně tak nesdílí s Milánskou školou koncept neutrality terapeuta, který je založen na kybernetice prvního řádu. Tato koncepce předpokládá, že pozorovatel (terapeut) může být oddělen od objektu, který pozoruje a tím pádem může zůstat neutrální.

Později se v sedmdesátých letech se Milánská škola rozštěpuje na jednotlivé proudy. Z nejznámějších představitelů působících odděleně se pak jedná o Boscola a Cecchina, kteří jsou

¹⁵ O reflektujícím týmu viz níže v kapitole o sebereflexi.

ovlivnění kybernetikou II. řádu – kybernetikou kybernetiky (Bateson, Maturana, Varela). Stěžejním podnětem je zejména obrat, kdy ne, že „systém vytváří problém“, ale „problém vytváří systém.“ (Pecháčková, 1992). Přístup ISZ je inspirován zejména těmito pozdními myšlenkami, které bývají nazývány „postmilánské“ (viz např. Jonesová, 1996). Z hlavních metod, kterou Boscolo a Cecchin užívali je konstruktivní dialog a kooperace klienta a terapeuta. Terapeut je vnímavý vůči možnostem, vysvětlením, zaujímá rozličné pozice, neodmítá však projevit svoji pozici vůči klientovi. Systém tak obsahuje terapeuta jako **pozorovatele**, a tím pádem nemůže být terapeut neutrální. Pozorovatel pak rozlišuje pomocí jazyka, realita není chápána jako objektivní. Pozorovatelé konstruují svůj svět neustálým procesem jazykování. Výsledkem pozorování je realita, která je realitou tak dlouho, dokud nestvoří pozorovatel realitu jinou.

Boscolo a Cecchin užívali zejména metodou **cirkulárních otázek**. Cirkulární dotazování je ISZ užíváno v původním smyslu koncepce Penna (1982, 1985). Cílem je být informován o myšlenkách, chování a emocích prostřednictvím druhých lidí. Např. „Co si Vaše okolí přeje, abyste změnil/a?“ Přístup ISZ, stejně jako Penn (1985) užívá otázky zaměřené na budoucnost „feed-forward“ techniky, které probouzejí klientovy představy o vysněné budoucnosti. Tento přístup včetně užívání pozitivních konotací umožňuje klientovi vidět své vlastní dilema z meta-pozice. Tento náhled pak otevírá nová řešení pro starý problém. Cirkulární otázky tak jsou využívány jako nástroj pro udržování zvědavého postoje terapeuta, který je součástí jeho pozice „nevědění“.

V 80. letech 20. století Paul Dell, který se opírá o učení Maturany, zpochybnil koncepci rodiny jako otevřeného systému, do kterého lze cíleně zasáhnout intervencí. Podle Della je rodina strukturálně determinovaný, uzavřený, autonomní nestabilní systém, který sám určuje účinek intervencí, rodina je chápána analogicky k živé bytosti, jako systému, který funguje optimálně a nemůže být narušený. Dochází tak k odstranění patologizujícího pohledu na rodinu (Ludewig, 1999). Další obrat pak představuje koncepce Steva De Shazera, který zavádí kooperaci klienta a terapeuta na společný cíl. Role terapeuta je méně expertní, terapeut je chápán jako spolupracovník klienta, který mu pomáhá pracovat. Dohromady pak terapeut a klient tvoří novou, produktivní cestu vidění situace, což vede k větší citlivosti v terapeutickém vztahu. Místo snahy o objektivitu terapeut usiluje o průběžné reflektování svých přesvědčení, očekávání, pocitů atd. (Dallas, Draper, 2000). O tomto posunu pojednám níže v rámci nové kapitoly, protože se jedná o

významný zdroj přístupu ISZ. Nejdříve však zmíním pojetí Milтона H. Ericksona, protože právě z jeho kasuistik De Shazer zpočátku nejvíce čerpal.

3.4.2 STRATEGICKÁ TERAPIE MILTONA ERICKSONA, KLIENT V TRANZU

„Jednou dal na otázku, co je psychoterapie, Erickson tuto odpověď: „Když jsem byl malý kluk, přiběhl nám na farmu cizí kůň. Otec mi řekl, že ho mám zavést domů, ale jak jsem to měl udělat, když jsem nevěděl, odkud přišel? Tak jsme se na něho posadili a nechal jsem ho, aby se rozběhl. Občas jsme přišli na nějaké rozcestí. Kůň se vždy na chvíli zastavil a pak si vybral jednu cestu. Po nějaké době jsme dorazili na farmu, kam patřil... “ (Haley, 2004, s. 317-318)

Strategická rodinná terapie je reprezentovaná Miltonem H. Ericksonem a jeho žákem Jayem Haleym. Erickson sám nikdy nepodal ucelený teoretický rámec, tvrdil, že pro každého klienta je třeba vytvořit novou psychologickou teorii a z ní originální intervence dle jedinečnosti a aktuálním potřebám klienta. Svou originalitou, kouzlem osobností a neotřelými nápady však inspiroval řadu studentů, kteří jeho přístup dále rozvíjeli. Erickson vycházel z teorie systémů a komunikace, Batesonův přístup a radikální konstruktivismus (Barbarič, 1995). Erickson je v mnohém také zdrojem inspirace pro ISZ.

Strategická terapie soudí, že problémy vznikají tím, že se lidé snaží použít na každodenní těžkosti nevhodná řešení. Chybná řešení pak přináležejí do tří kategorií. V rámci první kategorie je těžkost popírána, proto k řešení nedochází. Druhá kategorie pak představuje pokusy řešit neřešitelnou nebo neexistující těžkost. Poslední kategorie pak představuje snahu řešit na základě logického omylu. V Ericksonově představě se cyklus života člověka i rodiny má odvíjet podle přirozeného „normálního“ způsobu, ke kterému se snaží svým klientům pomoci (Haley, 2004). Jedná se v životě o následující etapy, které se vážou k životu rodiny – o namlouvání, manželství, narození dítěte, zralé manželství, odchod dětí, důchod a stáří (tamtéž). K těmto etapám pak připisuje typické problémy, které se s nimi pojí.¹⁶ Erickson většinou pracoval se jednotlivci, i když někdy přizval celou rodinu či manželský pár.

Erickson dával jednoznačně z pozice moci svým klientům různé příkazy, většinou formou dvojnásobné vazby, takže bylo takřka nemožné je nesplnit. Tyto úkoly však vycházely z hluboké znalosti lidské psychiky a důkladného zkoumání každého jednotlivce v kontextu jeho životní

¹⁶ Blíže viz Haley (2004).

situace, byly velmi promyšlené a jejich plnění zpravidla vedlo ke kýžené změně. Z dnešního pohledu ISZ se jeho postoj jeví manipulováním. Erickson však dokázal přinést úlevu mnoha lidem, kterým v té době nikdo jiný nebyl schopen pomoci. Zdá se, že skutečně věděl, jak s kým jednat, koho je potřeba podržet a konejšit, a s kým naopak jednat drsněji (Haley, 2004).

Ve své strategické terapii zdůrazňuje Erickson nutnost využít **všechny zdroje**, které si klient přinesl s sebou do terapie tak, aby žil spokojený život. Erickson se snaží otevřít tyto vnitřní zdroje klienta a umožnit terapeutickou změnu. „*V terapii dáváš klientům svobodu, aby odhalovali své vlastní kapacity a cítili se svobodni v jejich využívání.*“ (Haley, 2004, s. 315) Právě užití zdrojů klienta inspirovalo De Shazera a potažmo přístup ISZ. Erickson k tomu užíval hypnoterapeutických i nehypnoterapeutických komunikačních intervencí. Pro Ericksona je „nevědomá mysl“ zdrojem životní moudrosti a zkušenosti člověka. Je to inteligentní a pomáhající duševní zdroj, složka lidské bytosti, které je možno důvěřovat, spolehnout se na ni. Hypnóza a sugesce jsou pouze vhodným prostředkem, který umožní „vědomé mysli“ navázat spojení s takto požímanou „myslí nevědomou“, případně který umožní „nevědomé mysli“ aktivně pracovat na řešení problému (Haley, 2004). Hypnotickou indukci však ISZ neužívá, proto se jí zde nebudu podrobněji věnovat.

De Shazer a potažmo ISZ se inspiroje z mnoha myšlenek Ericksona. Jednou z nich je princip **užitečnosti**, která je měřítkem dobré terapie. Snažil se zamezit sebezkoumání klienta, které neřešilo jeho situaci, ale naopak mu přitěžovalo. Erickson zesiloval pozitivní dění v klientově životě, povzbuzoval klienta, stejně jako zdůrazňoval pozitivní odchylky od problému. Zdůrazňoval také potřebu **připojit** se ke klientovi v průběhu sezení za pomoci zužitkování toho, co bezprostředně pozoruje v chování klienta a co se od něj dozvídá o jeho prožívání. Připojování pak probíhalo formou způsobu myšlení, řeči, vztahu k tématu, preferovaného komunikačního kanálu, potřeb a zdrojů. Snaží co nejvíce přizpůsobit klientovi, vžít se do jeho způsobu myšlení a vyjadřovat jeho myšlenky jeho slovy, tempem apod. napodobuje jeho postoj, mimiku, gestikulaci a rytmus dechu. Nechává se jím vést, následuje ho. Tento aspekt je v rámci systemické terapie považován za stěžejní.

Ve své terapii Erickson užíval zejména **trans**, který navodil hypnózou nebo ptaní se na **neočekávané otázky či zadávání neočekávaných úkolů** (Haley, 2004). V rámci systemického přístupu je nečekanost otázek považovaná za významný moment. Nutí totiž klienta se zamyslet nad aspekty, které jej dříve nenapadly. Nabízí tak klientovi jiné nové perspektivy na daný jev.

Dále pak nabízení horší alternativy nebo také „zkouška ohněm“ (Prochaska, 1999), kdy si klient představuje horší alternativy, tak, aby si z nich vybral tu lepší, bývá v ISZ užívána. Stejně tak užití metaforického jazyka, které je Ericksonovi vlastní, je využíváno v rámci ISZ přístupu. Také to, že Erickson nechává čas mezi sezeními, aby se mohly odehrát změny, je pro systemický způsob typické.

Za všechny zajímavé kasuistiky uvedu jednu z terapie manželského páru, ve které je vidět styl Ericksonovy práce. Jeho terapeutická intervence založena na zdánlivě jednoduchém příkazu, který je velmi trefný a účinný, i když se zdá vulgární a šokující. Mladý manželský pár přichází, protože se jim nedaří zplodit potomka. Hovoří o svém konání velmi vědeckým jazykem jako o „manželské spojení za účelem prokreace“. *„Během několika minut budete moci odejít z ordinace a vrátit se domů. Chci, abyste po celou dobu domů zůstali v naprosté tichosti, a v tom tichu se ujistíte, že se vám hlavou honí spousta myšlenek. Jakmile se dostanete domů, zachováte klid, dokud nevejdete do domu a nezavřete dveře. Pak budete volní! Takže teď se pevně uchopte za spodní část svých židlí, protože já vám nyní způsobím psychický šok. Nuže: celé tři dlouhé roky jste realizovali manželské spojení s veškerými průvodními fyziologickými jevy za prokreativním účelem, a to alespoň dvakrát denně a někdy dokonce čtyřikrát během čtyřiaadvaceti hodin, a vaše touha po potomstvu přitom zůstávala nenaplněna. Ale proč kurva nešukáte pro radost a nemodlíte se k ďáblu, aby do toho aspoň tři měsíce nevlítla!? Ted' prosím odejděte.“* (Haley, 2004, s. 163-4) Manželé pak odešli domů, nevydrželi ani do ložnice a své manželské spojení si užívali. Ani ne do tří měsíců žena otěhotněla a poté porodila zdravou holčičku. Když je Erickson navštívil, shledal, že jsou mnohem uvolněnější a i jejich řeč je daleko méně formální.

Jak jsme výše mohli vidět, Ericksonův přístup je velmi inspirativní, i přes to, že jeho metody jsou často nereprodukovatelné a neopakovatelné v jiných kontextech. Nyní Ericksona opustíme a budeme se věnovat Stevovi de Shazerovi a jeho přístupu zaměřenému na řešení. Ericksona opouštíme však pouze zdánlivě, a to proto, že De Shazer byl, jak jsem výše uvedla, ve svých počátcích Ericksonem ovlivněn a v jeho myšlenkách „ericksonovskou“ linii snadno najdeme.

3.4.3 KRÁTKÁ TERAPIE ZAMĚŘENÁ NA ŘEŠENÍ (BRIEF SOLUTION-FOCUSED THERAPY)

„Mnoho pracovníků mylně chápe ventilaci pocitů jako jediný léčebný nástroj, který máme, a každé sezení či kontakt mění ve „vyvolávání duchů“, nebo se cílem stává dostat ze sebe všechno. Mluvení o pocitech a

hledání v klientově minulosti má omezenou užitečnost, neboť porozumění pocitům a získaný náhled na minulost budoucnost nemění. Konkrétní činy mění život.“ (Berg, 1991, s.35)

Hlavními představiteli terapie zaměřené na řešení jsou Steve de Shazer a Kim Insoo Berg, manželé kteří společně v roce 1977 založili Institut krátké rodinné terapie (Brief Family Therapy Center – dále BFTC) v Millwaukee. Vedli jej společně desítky let, po De Shazerově smrti Insoo Berg sama, společně se svými kolegy. Letos v lednu zesnula, avšak myšlenky krátké terapie jsou rozšířeny po celém světě.

Terapie BFTC je spíše prakticky pragmaticky orientovaná, je založena na filosofii pozdního Wittgensteina a jeho konceptu jazykových her. Stejně tak byli inspirováni buddhismem, zejména jeho myšlenkou, že změna se děje sama, a že člověk by sám sebe neměl brát příliš vážně. Inspirací také byl Milton Erickson, jak bylo uvedeno výše. Jejich přístup se nazývá terapie **zaměřená na řešení**. Je založena na tom, že klient a terapeut společně tvoří řešení. Podle De Shazera (1985) je důležité se soustředit na řešení problému (na klíč), nikoliv na problém (zámek ve dveřích). Samotné řešení tak podle de Shazera s problémem nemusí mít nic společného. Proto je cílem jejich přístupu přejít od mluvení o problému (problem talk) k mluvení o řešení (solution talk). Terapie je také nazývána krátkou, protože klade důraz na ukončení terapie tak, aby klient mohl dále žít svůj život a terapeuta co nejdříve nepotřeboval. ISZ čerpá z prací De Shazera a jeho ženy Kim Insoo Berg zejména v orientování se na řešení.

Při prvním kontaktu De Shazer a Insoo Berg rozlišují tři typy lidí, se kterým se dostávají do kontaktu – **klient, stěžovatel a návštěvník** (Berg, 1991). Stěžovatel ví, co chce, ale změna se týká jiných. Má představu, co by měli druzí dělat jinak, jak by se měli změnit. Návštěvník ví, že se změna týká jeho, ale neví, co by se mělo změnit. Je většinou poslán někým jiným, nepřichází ze své vůle. Klient sám ví, co chce a změna se týká jeho samotného, lze utvořit zakázka mezi klientem a terapeutem. Cíl, který se v rámci terapie stanovuje (kontraktuje) by měl být dobře formulovaný, splnitelný, začátek žádoucího (ne konec něčeho nežádoucího), pro klienta důležitý a interaktivní – zapojující více lidí (Berg, 1991).

De Shazer (1985) často užívá konstruktivistické teorie a nekonstruktivní kritiky, aby mohl odpovědět, zda existuje něco jako realita za jazykem. Zdůrazňuje **tzv. stupidity training**, která spočívá v tom, že terapeut dává najevo, že nerozumí, ptá se na mnoho otázek. Tento postoj pak klienta vede k tomu, že se na otázky snaží odpovídat, a tím si utváří novou teorii o své situaci,

aby si sám klient hledal řešení. Jak uvádí Berg: „Může *být užitečné úmyslně předstírat zmatenost nebo mezery v informacích. Klienti pomohou spíše zmatenému terapeutovi, než vychytralému hlupákovi.*“ (Berg, 1991, s. 36) Cílem tedy není, aby terapeut rozuměl, ale aby klient na věci pohlížel jinak než jindy. Shazer soudí, že terapie může být úspěšná, i když terapeut problému nerozumí. De Shazer (1985) také věří, že klient již má vše, co k řešení potřebuje k řešení, zde vidíme vliv Ericksona.

Techniky v rámci BFTC vyznačují soustředěním se na to, **co funguje**. Upozorňuje tak klienta na aspekty, které fungovaly v minulosti, které se osvědčily. Bývá také označován jako WOWW přístup – Working On What Works – práce na tom, co pracuje (funguje). Zároveň se jedná o humornou narážku na citoslovce, kterým Kim Insoo Berg proslula „Wow!“ – citoslovce vyjadřující údiv, překvapení, obdiv. Terapeut klade otázky typu „Jak se Vám to povedlo?“ „Jak jste to dokázal?“ Umožňuje to klientovi nalézt svůj vlastní klíč k řešení. De Shazer (1985) také zdůrazňuje, že i malé změny a malé cíle jsou velmi důležité. Pokud jednou změny začnou, další budou následovat. Klient je také povzbuzován v tom, co si myslí, že by mělo zůstat stejné.

Povzbuzování a oceňování jsou důležité terapeutické nástroje, které pomáhají lidem vytvářet řešení. V rámci BFTC vyvinuli šablonu s pěti komponentami, které jsou efektivní ve vytváření ocenění pro klienta: normalizování výroků, přestrukturování výroků, potvrzení klientových kompetencí a spojování výroků a (pokud je to přiměřené) návrh na to, co se dá dělat mezi sezeními. Výroky sloužící k povzbuzování sumarizuje tabulka níže.

výrok	funkce	příklad
Normalizování	Dát klientovi vědět, že její/jeho reakce je pochopitelná a ostatní lidé to mají v podobných situacích taky tak. Toto samo může dostatečně posunout klientův pohled na situaci, že další sezení už nemusí být nutná. Na konci terapie mnoho klientů říká, že to co jim nejvíc pomohlo, bylo	Terapeut: “Žádný div, že jste depresivní. A žádný div, že jste se cítil, jak jste se cítil. Odešel jste od vašich přátel, od věcí, které vám byly blízké, od otce, kterého jste miloval, kterému jste blízký. A usadil jste se na Floridě. Nejen že jste byl na 8 školách za 4 roky, ale dvě z toho jste vystřídal za velmi

	zjištění, že nejsou blázni.	krátkou dobu.”
Přestrukturování	Umožňuje, aby si klient umožnil možnosti řešení, aby problém, který líčí jako neřešitelný, chápali jako problém, který má řešení. Dává jim pocítit, že mohou ze situace, kde se „zasekli“, pokračovat dál.	Terapeut: „S ohledem na to, kde jste, Jacku, a na to, čím jste prošel, je pochopitelné, že jste teď tam, kde jste. Jste v období, kdy přehodnocujete váš život, odkud přicházíte, kde jste, a kam potřebujete jít.“
Potvrzení kompetencí	Potvrzení nabízejí možnost přivést klientovu pozornost k tomu, jak mohou být využity osobní a sociální zdroje k budování řešení. Je zejména důležité, že zpětná vazba je v jazyce rodiny nebo klienta, v jeho hodnotách, vnímání a zkušenostech.	Terapeut: „Nejvíce na nás zapůsobil fakt, že jste se naučila být tak dobrá matka, že jste opravdu schopná být tu pro vaši dceru i když vaši rodiče tu pro vás nebyli. A to i v domě, kde jste měla sama pro sebe tak málo podpory, a zůstáváte přesto všechno střízlivá“
Spojování výroků	Propojující výrok vytváří logické spojení mezi navrhovanými dalšími kroky a tím, o čem už se mluvilo. Propojujícím tvrzením můžou být návrhy na zarámování jako je výzkum, experimenty, šílené nápady, kuriozity nebo cokoli, co bude mít pro klienta smysl.	Například pro klienta, který sám sebe označil jako paranoidního, byl propojující výrok: „Jednu věc víme o paranoidních lidech – jsou mistři v pozorování. Máme návrh, který využije vaše pozorovací schopnosti.“

Návrh co dělat mezi sezeními (domácí úkoly)	Domácí úkoly vyplývající ze sezení podporují konstrukci řešení. Vychází z kritérií jednoduchosti, rozšiřování možností a plánů vzhledem ke klientovi. Jsou hravé a humorné.	Pro klienta, který tvrdil, že využil pár věcí, které se v poslední době naučil, terapeut navrhl: „pokračujte v pozorování toho, co jste se naučil a jak to uplatňujete v životě“.
--	---	---

Tab. 3 - Oceňování užívané v rámci BFTC (N.N. dle textu Cambell, Elder, Gallagher, 1999)

Další řešení klientova problému může spočívat v tom, aby klient **činil něco jiného, než dělá dosud**, i když nové chování může působit jako iracionální, bizarní, irrelevantní nebo humorné. Stejně tak se de Shazerův přístup soustředí na **výjimky z obtíže**. Výjimky jsou chápány jako události, ve kterých se obtíž neobjevuje. Jsou to rozdíly, které jsou základem pro větší rozdíly. De Shazer (1985) dále zdůrazňuje, že je důležité klientovi ukázat, že zdánlivě neoddiskutovatelná fakta o jeho problému mohou být diskutována. Výjimky lze také chápat jako projev toho, že změna již nastala před sezením, a že ji inicioval sám klient vlastními silami (Pecháčková, 1992).

Další technikou pak jsou otázky směřující **do budoucna** „Jak to bude vypadat?“ nebo hypotetické otázky („Pokud byste..., jak by to vypadalo?“). Tyto typy otázek vedou klienta k tomu, že si konstruuje vlastní možné světy. Specifickou otázkou pak je **zázračná otázka (miracle question)**, která je založena na tom, že si klient představuje, že se přes noc stane zázrak, který způsobí, že všechny jeho obtíže budou vyřešeny. Klient pak má hovořit o tom, jak by poznal, že se zázrak stal. Jinými slovy se snaží představit ideální stav a tím také více konkretizuje, který problém řeší. Otázka vypadá zhruba takto: *„Představte si, že jedné noci, zatímco spíte, nastal zázrak a problém, který vás přivedl sem, je vyřešený. Protože ovšem spíte, nevíte, že ten zázrak nastal. Co myslíte, čeho si po probuzení všimnete, že je jiné, aby vám to řeklo, že zázrak se udál?“* (Berg, 1991, s. 42) Zázračná otázka představuje velmi účinný nástroj, který se stal inspirací mnoha terapeutů.

Dále pak lze využít **měřicí neboli škálovací otázky**. Ty umožňují měřit cestu k vytyčenému cíli, sledovat změny, rozdíly, pokroky. Jsou velmi jednoduchou technikou, která lze využívat již u sedmiletých dětí. Jejich výhodou je orientace na budoucnost. Užití této techniky ilustruje níže uvedená ukázka.

„T: Na škále od 1 do 10, kde 10 znamená, že máte úplnou důvěru, že tento problém může být vyřešen, a 1 znamená žádnou důvěru, kam byste se umístila dnes?

K: Řekla bych tak 5, prostředek.

T: Na téže stupnici, jak moc byste chtěla, aby problém byl vyřešen?

K: Řekla bych 6.

T: Kdyby tu byl váš přítel (vaše matka), a já se ho ptal, jakou šanci by dal na vyřešení problému?

K: Nevím přesně, ale soudím, že by řekl tak 3.

T: Co by se muselo stát, aby řekl 6?

K: Myslí si, že musím přestat pít.

T: A jak moc vy sama chcete přestat pít?

K: Já musím přestat pít. Jinak mě to zabije. Já to vím.

T: Takže co je první věc, kterou musíte Suzan udělat, abyste přestala?

K: Musím prostě přestat pít, když jsem rozčilená.

T: Co myslíte, že by váš přítel řekl, že je první krok, jak zastavit pití?“ (Berg, 1991, s. 44)

Lze užívat také tzv. **přeznačkování neboli přejmenování** či pozitivní označení problémového chování. Umožní zachovat klientovu tvář a otevřít cesty k řešení. Např. nezájem by byl označen necháváním prostoru druhým apod. Přeznačkování však musí být citlivé ke klientům a kopírovat jejich způsob myšlení o věcech. Jedině tak bude tento princip „starého vína v nové lahvi“ fungovat. Významnou otázkou z repertoáru je také „**Co ještě?**“ povzbuzující rozhovor o dalších např. výjimkách, pokrocích apod.

Dalšími technikami De Shazera a Kim-Insoo-Berg se zabývat vzhledem k rozsahu práce nebudu. Tuto část uzavřu citátem, který ukazuje, že přístup těchto dvou slavných terapeutů a manželů se vyznačuje lidskostí a laskavostí, a proto je studnicí inspirace nejenommu terapeutovi. „*Takže co potřebujete obdivovat? Nemusí to být nutně spojeno přímo s problémem, který klientka přinesla. Cokoli, co si všimnete – způsob, jak se upravila, aby vypadala dobře, to jak jedná s dětmi, uklízí svůj byt, udržuje dobré vztahy se sousedy – cokoli, o čem si myslíte, že klientce pomůže posílit její sebeocenění a schopnosti. Kolega popsal tuto snahu hledat nějaký kompliment pro klientku jako „hledání s lupou a vybírání pinsetou“ (Berg, 1991, s. 70)*

3.4.4 HAMBURSKÁ ŠKOLA KURTA LUDEWIGA, 10 + 1, KONCEPT ČLENA

„Jednej efektívne, aniž bys věděl, co a jak tvé konání způsobí!“ (Ludewig, 2003, s. 77)

Hamburská škola v čele s Kurtem Ludewigem je zdánlivě odlišná od výše uvedeného přístupu zaměřeného na řešení. Má však mnohá východiska terapeutického působení podobná. Hamburská škola ovlivnila vývoj systemického myšlení ISZ nejznatelněji. Právě Ludewig stál u zrodu pražského systemického institutu ISZ. Poté však došlo ke změnám a rozrůznění obou škol, avšak i přesto Ludewigova hnědá kniha zůstává systemickou „Biblií“.

Ludewig (1994) ve své koncepci skloubil pojetí biologické (Maturana), které zdůrazňuje osobní struktury jedinců a sociologické (Luhmann), které je zaměřené na sociální systémy jako komunikativní útvary. Zavedl tak společně s kolegy pojetí založené na **konceptu člena**. Člen je dle Ludewiga (1994) sociálně konstruovaná jednotka, která utváří a upevňuje komunikační proces. Je to na sebe sama zpětně (rekurzivně) působící operátor. Lidé ztělesňují různé členy, může je v každém okamžiku vypovědět. Bez člověka není člena ani sociálního systému. Další pojem, který Ludewig (1994) uvádí, je **role**. Ta je chápána jako zobecněný program pro provedení určité třídy členství (např. muž v domácnosti).

Členové se vynořují z komunikace a ustavičně se mění. Existují, dokud trvá jimi konstituovaný proces. Členové v komunikaci uskutečňují jeden druhého, vybírají příslušné reakce. Ludewig (1994) uvádí, že členové tvoří v každém okamžiku aktuální stav proměnlivé sociální jednotky, lze je chápat jako momentální přijetí komunikativních interakcí. Níže uvedená tabulka charakterizuje člena z věcného, časového a sociálního rozměru.

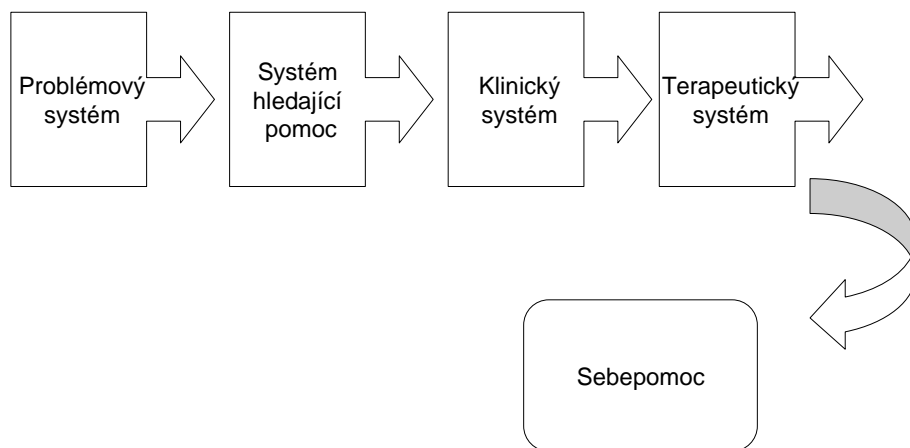
Z věcného hlediska	Členové se připojují k tématům, zpracovávají rozdíly – vykládají si pozorované chování jako sdělované – přiřazují si témata a kvalifikují příspěvky
Z hlediska časového	Vytvářejí kontinuitu komunikace – umožňují lidem komunikovat, tvoří funkcionální článek komunikace. Členové se konstituují teprve v komunikaci jako komponenty systému, komunikace generuje a kvalifikuje hranice smyslu. Členové, komunikace a hranice smyslu vznikají současně.
V sociálním rozměru	Zpodobují přehledné jednotky, uspořádáním operacionálních koherencí podle témat vytváří sociální systém. Zpracovávají a propůjčují smysl, pomocí kterého redukuje komplexitu

Tab. 4 - Ludewigův koncept člena z různých hledisek (N.N. volně dle textu Ludewiga, 1994)

Pozorovatel členy nemůže pozorovat přímo, ale může objevit tím, že zpětně sleduje komunikativní operace. Systém tematicky analyzuje, může chápat události jako součást příběhu nebo vyprávění umožňující výklad minulého nebo průmět do budoucna. Pozorovatel stejně tak stanovuje struktury sociálních situací – např. kdy koho jak vidí. Pozorovatel také procesy přiřazuje systémům – ten, kdo mluví s kamarádem o autech a ten kdo mluví o filosofii je někdo jiný, avšak pozorovatel jej přiřazuje jednomu systému (Ludewig, 1994).

Pro terapeuta je osvobozující odlišovat člověka a člena a nesnažit se tak postihnout člověka celého. Zažehnává to nebezpečí ztotožňování diagnózy a „reality“, chrání před zvěcněním. Osvobozuje také terapeuta od toho, že musí dojít ke změně lidí. Umožňuje vnímat sociální procesy z různých perspektiv. V rámci terapie tedy jde podle Ludewiga (1994) o ukončení členství v problémových systémech, členství přinášející utrpení, uvolnění příslušného člena.

Problémový systém je pojen z Ludweigovy **klinické teorie**, která je dobrým vodítkem pro terapeuta. Je založena na rozlišování členství v jednotlivých systémech – hypotetických konstruktech – problémovém systému, systému hledajícím pomoc, klinickém systému a terapeutickém systému. Tyto jednotlivé systémy na sebe navazují v rámci terapeutického setkání. V ideálním případě tak dojde k vytvoření terapeutického systému, který se snaží klienta dovést k soběstačnosti. Níže uvedené schéma ukazuje návaznost jednotlivých systémů.



Obr. 3 – Ludewigova klinická teorie – posloupnost systémů (N.N. volně dle textu Ludewiga, 1994)

Problémový systém je podle Ludewiga (1994) svérázným sociálním systémem, který se tvoří kolem věcného obsahu, který je hodnocen v komunikaci jako nežádoucí. Problém lze chápat jako téma, které něco hodnotí jako nežádoucí (obtížné, špatné, narušující, nevhodné) a současně jako změnitelné – žádoucí a schopné změny. Lidé si jako problémy vykládají znepokojující, alarmující situace, většinou nezávisle na makrosociálních normách. Životní problémy krystalizují v systémy – sociální systémy, v nichž chování jednoho člověka je jím samým nebo druhými hodnoceno jako negativní a vyvolává negativní emoci – trápení. Trápení vede k chování s cílem jej ukončit, avšak systém jej stále udržuje, komunikace je soustředěná na problém, sytí problém, dochází k stabilizaci. Problém pak není terapeutem chápán jako symptom nemoci či jako odchylka od normy, avšak jako podnět k prosbě o profesionální pomoc. Ludewig (1994) rozlišuje mezi problémy a obtížemi. Obtíže jsou nezměnitelné záležitosti, problémem se můžou stát, jestliže se o nich mluví.

Systém hledající pomoc vychází z přesvědčení, že člověk již nemůže daný problém zvládnout sám, proto se obrací na terapeuta a hledá pomoc. Systém hledající pomoc pak přechází v **klinický systém**, který se skládá z pomoc hledajících a z odborníků v pomáhání. Ten, který pomoc hledá a ten, kdo ji poskytuje, si v rozhovoru vyjasní situaci tak, aby mohli zavést

prostředky odkazující na vhodnou instanci. Problém je přeformulován ve smyslu hledání možností pomoci. Dochází k vyjasnění kompetencí a příslušnosti. Klinický systém slouží jako přechodná instance k volbě vhodné klinické pomoci – terapie, poradenství, doprovázení, návody, poučení. Všechny poznatky získané v klinickém systému jsou společným produktem zúčastněných. Klinický systém pak mizí tím, že přechází v terapeutický systém.

Terapeutický systém je tvořen pomoc hledajícím a pomáhajícím nad společně formulovaném tématu – tedy nad terapeutickou zakázkou vypracovanou společně klientem a terapeutem. Cílem hledání pomoci je úleva od trápení, zmírnění nebo odstranění, která spočívá v rozšíření, zmožení schopností nebo zúžení. Pokud je zakázka splněna, je terapie pro terapeuta úspěšná. Pro klienta pak když problémy méně trpí, únosněji nebo jimi netrpí. Pomáhání vychází dle Ludewiga (1994, s. 83) z hledání pomoci, jinak by se jednalo o kontrolu, reparaturu, zmocňování se. Rozlišuje 4 základní typy pomoci:

1. návody (poučení) – „Pomozte nám rozšířit své možnosti.“
2. poradenství – „Pomozte nám využít naše možnosti.“
3. doprovázení „Pomozte nám snášet naši situaci.“
4. terapie – „Pomozte nám ukončit naše trápení.“

Z těchto základních pozic vychází ISZ a rozšiřuje je na osm profesionálních způsobů práce, o kterých pojednám v kapitolách níže. Ludewig (1994) uvádí, že systemická škola nepožaduje objektivitu, uznává terapeutovo dilema chtít způsobit změnu, i když to považujeme za nemožné. Snahu pomáhat lidem navzdory jejich nepostižitelnosti a neinstruovatelnosti ilustruje na terapeutovu dilematu, které uvádím v záhlaví této kapitoly – „*Jednej efektivně, aniž bys věděl, co a jak tvé konání způsobí!*“ (Ludewig, 2003, s. 77) Terapie nemůže působit kauzálně, pečuje o příznivé rámcové podmínky, za nichž se klient může změnit podle svého přání. Je Ludewigem (1994) chápána jako dialog, který obsahuje skoky, náhody a věci neočekávané. Systemičtí terapeuti jsou mistry dialogu. Terapeut potvrzuje a otevírá nové, neočekávané, produktivně náhodné, co destabilizuje problémový systém. V terapeutickém dialogu se uvolňují monology – nečekanými otázkami, upozorňuje na zanedbávané alternativy a prohřešky proti logice. Terapeut by měl vyvolat léčivé aktivace struktur, musí zachovávat respekt, nepřekračuje zadanou zakázku. Terapii bychom si tak mohli představit jako plavbu na

lodi, kde ani kapitán (terapeut) ani cestující (klient) nemohou pravidly zajistit dobrou plavbu a příznivý vítr. Oba jsou však za dění na lodi zodpovědní.

Ludewig (1994) zdůrazňuje historický kontext pohledu na pomáhání. Jako podstatné uvádí rozlišení mezi pomáhajícím jako rovnocenným partnerem a pomáhajícím jako nadřazeným odborníkem. Dále pak poskytování pomoci klientovi jako autonomnímu celku, který je rovnoprávný oproti poskytování pomoci heteronomnímu jedinci, který potřebuje pomoc z venku. Systemika pak směřuje k prvním zmíněným, variantám – pomáhající jako rovnocenný, klient jako autonomní.

Terapii, která může probíhat s celou rodinou, s jednotlivcem či párem, chápe Ludewig (1994) jako techniku vyžadující umění, které spočívá v empatickém uplatňování intervencí, které vede klienta k pomoci sobě samému – k sebepomoci. Základními motivy terapie pak je užitečnost, respekt a krása. Terapeut je architekt podpůrného rozhovoru, nezapírá kompetenci ani se nefixuje na techniky. Ludewig (1994, 2006) vytvořil **10+1 vodítko pro praktickou orientaci**. Je uvedeno níže ve volné parafrázi s autorčiným komentářem.

	vodítka	otázky	Komentář autorky
Vytvoření	1. Definuj se jako terapeut!	Přebírám odpovědnost jako terapeut?	Pod odpovědností chápu odpovědnost za to, že terapeut bude v terapeutickém rozhovoru dělat to, co bude chápat v daném okamžiku jako nejlepší a ponese si za to odpovědnost. (I když dopředu neví, co pomůže) Také je to odpovědnost za to, co terapeut říká.
	2. Nahlížeš na sebe pozitivně!	Využívám svých možností?	Nejen využívání možností, ale i věřit svým schopnostem a účinku terapie jako takové je důležité „kouzlo“. Je

			důležité, podle mého názoru, udržet rovnováhu mezi tímto bodem a bodem 6.
Udržení	3. Orientuj se na svého klienta!	Držím se svých nebo klientových měřítek?	Důležité je se na klienta naladit a slyšet, co říká. Zároveň se držet toho, co chce a přeje si, aby terapie byla jemu k užitku.
	4. Hodnot' pozitivně!	Jdu za tím, co otevírá další možnosti?	Pozitivní hodnocení se může jevit v rozporu s otevíráním možností. Hodnotit pozitivně lze chápat jako hodnocení toho, co už klient dělá a pomáhá mu. Otevírání možností pak jako hledání alternativních cest a řešení.
	5. Omez se!	Soustřed'uji se na to, co je nejnnutnější?	Omezit svou zvědavost a vybrat jen to, co je nejdůležitější je těžké zejména proto, že terapeut dopředu neví, co klientovi pomůže. Pokud se zároveň terapeut orientuje na zásadu 3, neví, zda to pro klienta není důležité.
	6. Bud' skromný!	Vidím sebe jako příčinu?	Skromnost vede k sebereflexi a snaze se zdokonalit. Sám sebe bych však měl terapeut vidět jako příčinu, aby viděl, že jeho práce má výsledek. Ale

			zároveň by si měl terapeut uvědomovat, že mezi sezeními se stane tolik jiného, co může klientovi pomoci.
Uskutečnění	7. Zůstaň pohyblivý!	Měním své úhly pohledu?	Měnit úhly pohledu je těžké, může k tomu dopomoci snaha o „reflektující tým“, který je v hlavě terapeuta.
	8. Ptej se konstruktivně!	Kladu otázky, které vedou dál?	Otázky, které znesamozřejmují a jsou srozumitelně podané tak, že klienta neznejišťují, jsou velmi účinné.
	9. Zasahuj úsporně!	Podněcuji opatrně?	Také úspornost je důležitá a souvisí s tím, aby terapeut zbytečně nebořil klientovi něco, co mu pomáhá. Stejně tak, aby poznal míru vzhledem k času, které v sezení má a poté dobře terapii ukončil (viz 10).
Ukončení	10. Skonči včas!	Mohu už skončit?	Poznat kdy skončit sezení i celou terapii a umět se na tom dohodnout, jak uvádí Ludewig, je to důležitá součást terapeutického dialogu.
...a	+ 1 Nikdy se zásad nedrž slepě!	Užívám těchto zásad pružně a ve vztahu ke kontextu?	Je také důležité být tvůrčí a přizpůsobit se kontextu a dění v terapii. Nejen mít

			nástroje, ale umět vědět kdy, co, proč kdy terapeut užívá a také umět být svůj a mít svůj styl.
--	--	--	---

Tab. 5 - 10+1 vodítko pro praktickou orientaci (N.N. volně dle Ludewig, 1994, s. 88 a Ludewig, 2006)

3.4.5 NARATIVNÍ PŘÍSTUP

„Tenhle životní příběh je příběhem matčiným stejně jako mým, a je také životním příběhem dětí, které jsem neměla, stejně jako z jejich pohledu příběhem mým. Ve mně je hlas, který jsem nikdy neslyšela, tvář, kterou jsem nikdy neviděla, bytost, z níž jsem vzešla. Jsou ve mně i hlasy, které ze mě měly vyjít, tváře, kterým jsem nikdy nedovolila vzniknout, oči, kterým jsem nikdy nedovolila mě spatřit. Tenhle příběh je příběh osoby, které nikdy nebylo dovoleno být, a příběhem osoby, kterou jsem sama sobě nikdy nedovolila se stát.“ (Kincaidová, Vlastní životopis mé matky, 2001, s. 151)

Kromě výše uvedeného přístupu Hamburské školy se ISZ inspirovala narativním přístupem. Jak uvádí Čermák (2004 b) v názvu svého článku, narativní terapie je „mnohohlasý chór“, kde narativní pohled je jednotlícím prvkem. V rámci ISZ je tedy zastávána konstruktivistická odnož narativního přístupu k terapii¹⁷. Jeho hlavními představiteli jsou Michael White, australský rodinný terapeut a David Epston, novozélandský terapeut. Vycházeli ze základní teze Batesona – protože nemůžeme proniknout k objektivní realitě, všechno naše vědění je akt interpretace. Narativní terapie byla O’Hanlonem (1994) nazvána „třetí vlnou“, která následuje po Freudovi a patologizujícím pohledu.

V rámci narativního přístupu je považováno na za stěžejní to, že tvoříme příběhy tak, aby život nás samých i životy druhých dávaly smysl. Příběh je chápán jako komplexní systém předávaný v jazyce, který konstruuje náš svět. Narativní přístup k chápání světa vychází z toho, že skutečnost je právě taková, jak o ní smýšlíme a jak o ní mluvíme. Vyprávění příběhu činí naše žití jednodušší. Jednotlivé děje a události v našem životě opatřujeme logikou jednotlivých příběhů, protože potřebujeme svoji zkušenost integrovat, organizovat do smysluplného celku (White, Epston, 1990). Pomocí příběhu definujeme, kým jsme byli, kým jsme nyní a kým se chystáme být v budoucnu. Jako lidské bytosti neustále interpretujeme a rozpracováváme nejen

¹⁷ Další směry, které dle Čermáka (2004 b) užívají narativní přístup, jsou psychodynamické a kognitivně-behaviorální.

naši zkušenost, ale také naše vzpomínky a minulost. Pamatujeme si díky interpretování a znovunalézáme minulé v současném pomocí individuálních, ale také sociálních a kulturních událostí (Crossley, 2000). Každé nesourodosti a nesouvislosti připisujeme naším příběhem smysl podle dodatečně uplatněné logiky, která je naším výtvořem, naším autorstvím.

Jak upozorňuje Čermák (2000) naše identita je tvořena a udržována permanentním vyprávění příběhů. Náš život je utkaný z příběhů, které si vytváříme sami a zároveň těmi, které jsou dány naší kulturou či rodinou. Naše příběhy jsou určovány pohádkami, mýty, příběhy z historie komunity, rodiny (Vybíral, 2006). Jsou závislé na kulturním, etnickém a historickém kontextu, ve kterém jsou vyprávěny. Je důležité rozlišovat, komu patří autorství příběhů (Čermák, 2000). Zda byly vytvořeny námi nebo dominantním diskursem. Důležité je pak vrátit klientovi autorství jeho příběhu tak, aby se v něm cítil dobře. Jak uvádí O'Hanlon (1994), narativní přístup se snaží opět zplnomocnit klienta – nebýt tím, kým nás dělá „kulturní moře“ – zprávy, školy, šéfové, babičky, přátelé. Nemuset si myslet to, co nám druzí nutí si myslet, usiluje osvobodit klienta od sociálních konstrukcí a označení, která si přinášejí, a která jim nevyhovují.

Narativní přístup se vyznačuje specifickým způsobem myšlení, který je odlišný od logicko-matematického způsobu. Rozdíl mezi těmito dvěma způsoby myšlení znázorňuje tabulka uvedená níže.

Logicko-vědecký způsob myšlení	Narativní způsob myšlení
Snaha o pravdu – obraz univerzálních pravd	Pravdě-podobnost
Vždy a všude, odolat zubu času	Plynutí mezi minulostí a budoucností
Jistota	Proměnlivost perspektiv
Eliminace osobních zkušeností ve prospěch zvěcnělých konstruktů, tříd událostí, systémů klasifikací a diagnóz	Jednotlivosti prožité zkušenosti – základ utváření smyslu
Oznamovací způsob, pocit podstaty, jistoty, kvantitativní, nerozporné slova, obrana proti mnohovýznamnosti slov	Implicitní významy, zapojují zmožení perspektiv, čtenáře, mnohovýznamovost slov, více jazykových okruhů – rozšíření významů – více realit, užívání pitoreskních, neobvyklých spojení
Člověk jako pasivní, automat vyššího řádu –	Člověk jako účastník ve světě, lidé se účastní

ovlivněn vnějšími a vnitřními silami	znovu-autorství, tvarování svých životů a vztahů
Vyloučení pozorovatele z pozorovaného, je považován za imunitního vůči pozorování	Pozorovatel je součástí příběhu, pozorovatel je autor konstrukce, je zde „já“ a „ty“

Tab. 6 – Rozdíl mezi matematicko-logickým a narativním způsobem myšlení (N.N. dle textu Epson, White, 1990)

Narativní přístup umožňuje klientovi vyprávět příběh v jejich tempu a jejich způsobem. Narativní přístup vychází ze zkušenosti žité člověkem, jazyk používá běžný i poetický, pozice pozorovatele. Zdůrazňuje časovou linii, proměnlivost v čase, povzbuzuje mnohovýznamnost, pitoreskní a poetický jazyk, vzbuzuje v jedinci reflexivní postoj a interpretace, povzbuzuje zážitek autorství a znovu-autorství. I zde je klient chápán jako expert na svůj příběh, terapeut přistupuje jako nevědoucí. Později se snaží s klientem hledat alternativní příběhy. Terapie je chápána jako proces, ve kterém je význam neustále společně konstruován terapeutem a klientem (Flaskas, Perlesz, 1996). V terapii se terapeut snaží sebe pojímat jako ko-autora alternativního vědění, přiznávají klientům právo na vlastní autorství a vědění. Dochází k setkávání jazykových systému terapeuta a klienta. Terapeut a klient se zabývají těmi částmi příběhu, ve kterých se život klienta zasekl, se kterým si neví rady, neumí si jej vysvětlit. Příběhy, které každý jedinec vypráví, často směřují pouze k jediné interpretaci, pouze k jednomu pohledu. Příběh je často provázen lineárním kauzálním myšlením, klient je „zaklet“ v jedné variantě příběhu. Příběhy pomáhají proti ustrnutí, lidé se odlučují a odcizují od těchto příběhů, dávají tak prostor jinému a lepšímu vědění o sobě.

Víra narativního přístupu v to, že minulost je možné změnit, vychází z Brunerova pojetí příběhu jako víceznačného, zabývajících se problémy, které v jeho rozvoji nastanou, plynoucí v kontextu a historickém rámci. Je pro jedince smysluplný a komunikovatelný s ostatními (viz např. Čermák, 2004 a). Za pomoci **dekonstrukce** dominantního příběhu klienta, který mu nevyhovuje, a ve kterém se necítí dobře, lze rozvíjet v rámci terapeutického sezení alternativní pohledy, nové interpretace, aniž by bylo předem dané, která cesta je správná. Zde je znatelně vidět vliv Derridy a jeho konceptu dekonstrukce. Účelem je zprostředkovat klientovi odstup vůči důvěrnému a samozřejmě známému světu pomocí objektivizace a znovu-přisvojení vyhoštěného já.

Terapeut se snaží nalézat doptáváním nesrovnalosti v příběhu, události neodpovídající logice. Poukazováním na nesrovnalosti a doptáváním se na samozřejmé tvoří prostor

k alternativnímu příběhu. Terapeut užívá vět typu „Kdo to říká, že...“ „Proč je pro Vás důležité, aby...“ Terapeut je pak s klientem spolutvůrce nového příběhu, kterému v kontextu terapie pomáhá ke vzniku. Cílem narativní terapie je nahrazení jazyka deficitu příběhem, jímž klient-autor znovu autorizuje (re-autorizuje) svůj život a jeho nevyužité možnosti. Terapeut může využít reflektující tým¹⁸, který pohledy na věc ještě více rozrůzní (Úlehla, 1999, Boscolo, Bertrando, 1993).

V narativním přístupu je též stěžejní technikou otevírající možnosti vyprávění a realizaci nového životního příběhu **externalizace** problému, kterou navrhli Epson a White (1990). Externalizace je chápána jako způsob osvobozující konverzace, která vede k oddělení člověka od problému. Mapuje vliv problému na život zúčastněných osob, napomáhá člověku zažívat osobní vliv na vlastní život. Externalizace sesazuje z trůnu neblahý vliv minulosti, oficiálně přijatých pojmenování a diagnóz (Epson, White, 1990). Externalizaci také lze chápat jako vyproštění se z mocenského vlivu dominantního diskursu ve smyslu Foucaluta, umožňuje znovuobjevit autorství.

V rámci terapie dochází k následujícímu postupu:

Externalizace	
1. Vytvoření všeobecně přijatelného jména pro problém	Jméno vyplývá z klientovy řeči, vyprávění. Příkladem je Whitova práce s chlapcem, který se potýkal se svým pokálením. Chlapec zde použil pojmenování „hovnisko“ (Sneaky Poo). White toto označení přijal a užívá jej dále v terapii s chlapcem, blíže viz např. Schlippe, Sweitzer, 2001)
2. Personifikace a přisouzení tyranizujících úmyslů a taktik tomu problému	V této fázi se připisuje tyranizující účinků označenému problému.
3. Zjišťování, jak si problém jedince či rodinu podroboval anebo	„Jak problém působí na váš život?“ „Jak ovlivňuje vaše vztahy doma, v práci...?“

¹⁸ O reflektujícím týmu pojednám níže v kapitole o hlavních tématech ISZ.

zbavoval sebedůvěry a odhodlání.	„Jak se problém projevuje v kontaktu s druhými lidmi?“ „Jak v důsledku působení problému vnímáte sám sebe?“ „Jak to problém dělá, že se mu u vás daří?“
4. Objevování výjimečných událostí (unique outcomes) – momentů, kdy klient nebyl problémem ovlivňován nebo zbavován sebedůvěry anebo život nebyl problémem ovlivňován.	Hledání záchytných bodů pro novou identitu. „Jak se to stalo, že problém Vás neovlivňoval?“ „Jak jste to dokázal, že...“ „Jak jste tomu zabránil?“ „Jak jste v tomto případě dokázal odolat vlivu problému?“ Je potřeba, aby se výjimečné události staly součástí nového příběhu – aby se jim připsal nový význam.
5. Přepisování sebepojetí klienta – Nalezení důkazů z minula, které ukazují, že byl jedinec v minulosti kompetentní vydržet nebo ubránit se vlivu problému.	Důkazy podporují kompetenci klienta uniknout z tyranie problému.
6. Spekulace jedince nebo rodiny o tom, jakou budoucnost lze očekávat.	Snaha posilovat kompetenci a důvěru jedince v novou budoucnost bez problému.
7. Nalezení obecenstva pro vizi nové identity a nového příběhu. Tak dlouho, až terapeut pozná, že byl příběh vzat do osobního života	„Kdo první by sem přišel a vyprávěl mi, že jste...“ „Jak se tak statečný člověk jako vy dostal do takové situace?“ „Co lze říci o člověku jako vy, který se dokázal vzepřít?“

Tab. 7. – Postup při terapeutickém procesu s užití externalizace (N.N. podle textu O'Hanlona, 1994)

V rámci sezení se lze také soustředit na různé narativní formy, které se objeví a umožňují terapeutovi sledovat, v jakém směru se terapie ubírá. Je založená na třech prototypových narativních formách, které navrhuje Gergen a Gergen (1986). Jedná se o progresivní narativa,

kteřá směřují k cíli. Dále pak stabilizující narativa, která vnímají protagonistu jako neměnného a regresivní narativa, která zdůrazňují stálé oddalování se od cíle.

V narativním přístupu se nestačí pouze naučit metody, ale je třeba pevně věřit v moc jazyka a konverzace a příběhů. Také věřit v možnost změny, zdroje síly a kompetence. A to nejen klienta, ale i terapeuta. Narativní přístup představuje třetí významný zdroj systemického přístupu ISZ. Ke všem třem významným směrům – narativnímu, na řešení orientovanému a zakázkovému se systemický přístup ISZ hlásí a ve své práci využívá. V následujících kapitolách můžeme sledovat, jak se tyto principy projevují v samotných tématech, která jsou stěžejními východisky pro systemickou práci a sebedefinici terapeuta.

Zmiňuji témata, která je důležité pochopit zejména vzhledem k tomu, že se pro terapeuta stávají základem jeho práce, vodítky toho, jak myslet. Představují také měřítko toho, jak sám sebe hodnotit a posuzovat kvalitu své práce. Všechna témata jsou zvolena tak, aby vytvářela podklad a kontext profesionality terapeuta a myšlenkový rámec uvažování o ní. Jedná se o témata vymezení toho, kdo je terapeut, a to jak z hlediska odborných kruhů, tak i z hlediska samotného terapeutického procesu. Vymezují také, kdo je klient a kdo cílová osoba. Dále se zabývám tím, jaký je přístup terapeuta, zdůrazněn je význam sebereflexe terapeuta jako hlavní metody s důrazem na osm profesionálních způsobů práce. Věnuji se vymezení dialogu klienta a terapeuta, vyrovnávání se s nejistotou, což považuji za stěžejní téma vzhledem k zaměření této práce. Poté se zmíním o principu nejjednodušší cesty v terapii. Pojednám taktéž o systemické etice a supervizi.

3.5 HLAVNÍ POSTAVY NA TERAPEUTICKÉM TANEČNÍM PARKETU

Systemika užívá pro dění v systemickém rozhovoru – základním vzájemném prostoru – metaforu **tance**. Při tanci (terapii) každý dělá něco jiného, aby se mohlo tancovat (efektivně spolupracovat), avšak jediné tak může docházet k rozhovoru (tanci) (Úlehla, 1999). Terapie pak představuje kombinaci klientovy a terapeutovy expertnosti. Oba vstupují do terapie s očekáváními a předpoklady, ale díky vzájemnému respektu k různosti, může docházet k terapii.

Terapeutova pozice nevědění a přirozené zvědavosti umožňuje klientovi vyprávět svůj příběh jinak, hledat nové významy. Tím dochází k rozpouštění problému a otevření možností vyvinout příběh nový (Úlehla, 1999). Terapeut umožňuje klientovi vidět jeho vlastní expertnost o životě, touhách, přáních a pomáhá mu též uvědomit si vlastní jedinečnost. Terapeut tak klienta

zplnomocňuje, dělá z něj spolupracovníka, spolu-tvůrce cílů a postupů, jak těchto cílů dosáhnout. Této profesionálnosti lze, podle Úlehly (1998), dosáhnout pouze tréninkem, teoretickými poznatky a zkušeností.

Níže se budu věnovat oběma metaforickým tanečním partnerům – terapeutovi i klientovi.

3.5.1 KDO „SMÍ BÝT“ TERAPEUT?

„Přátele, zbudujeme svůj vlastní dům. Neptejme se, má-li být více v oboru psychiatrie, nebo v oboru sociálních věd. Přestaňme se ptát, komu patří psychoterapie, jestliže víme, že patří nám a našim klientům. Základem našeho domu necht' je spolupráce, táž spolupráce, která leží v samém základu procesu psychoterapie. Základy našeho domu nelze stavět na nepřátelství, sebeobhajobě, resortních starostech, řevnivosti, pracovitosti a aktivitě jedněch a pasivitě a pohodlnosti druhých – ale na trpělivém domlouvání.“ (Strnad, 1999, s. 27)

V úvodu této podkapitoly považuji za nutné se zmínit, že se na následujících stránkách nebudu podrobně věnovat diskusi o tom, kdo má oprávnění z hlediska stanovených pravidel vykonávat psychoterapii. Jedná se totiž o téma, které není v podstatě legislativně ošetřeno. Diskusi pak chápu spletitou a soudím, že vzhledem k rozsahu práce je nutné zmínit pouze základní dva názorové tábory. Tento aspekt je důležité nastínit zejména proto, že se téma pravomocí a kvalifikací k psychoterapii objevuje v rámci empirické části.

Jedním z nich je přístup vymezující psychoterapeutickou profesi jen pro omezenou skupinu – **pro oblast zdravotnictví** (viz např. Čepická, 2005). Zde se má psychoterapeut řídit předpisy platné pro nelékařská povolání ve zdravotnictví¹⁹. Psychoterapeutická práce je pak podmíněna pregraduálním studiem medicíny na lékařské fakultě nebo jednooborové psychologie na filosofické fakultě. Na to pak měla následovat specializační zkouška v podobě atestace nebo zkouška ze speciální průpravy pro výkon práce ve zdravotnictví. Souběžně nebo následně

19 Jedním z nich je zákon z 1. 4. 2006 o podmínkách získávání a uznávání způsobilosti k výkonu nelékařských zdravotnických povolání 96/2004 Sb. Dále pak novela zákona 20/1966 Sb. O péči a zdraví lidu a zákona 160/1992 Sb. O zdravotní péči v nestátních zdravotních zařízeních. Dále pak vyhlášky např. 394/2004 o konání atestační zkoušky k vydání osvědčení k výkonu zdravotnického povolání bez odborného dohledu, nařízení vlády o označení specialistů 463/2004 Sb. Vymezující specializační obory a jejich označení. K tomu se váží další předpisy upravující možnosti vykonávání nelékařská povolání ve zdravotnictví (Vyhláška 11.12.2005, Vyhláška 30.6.2004)

vykonaný psychoterapeutický výcvik, pro který Česká psychoterapeutická společnost (ČLS JEP) vymezuje v oblasti zdravotnictví kritéria a standardy pro akreditaci (počet hodin teorie, počet hodin sebezkušenosti, počet hodin supervize, etické principy).

Druhým táborem pak je skupina, která soudí, že psychoterapii **není třeba vymezovat za pomoci formální kvalifikace výše uvedené**. Podstatné je především psychoterapeutické vzdělání. Jak uvádí Úlehla (2000, s. 2) : „Považuji za nesmysl říkat, že ji vykonávají psychologové, lékaři, pedagogové či jiné odbornosti, protože absolvent studia psychoterapie není smysluplně označitelný jinak, než jako psychoterapeut. Člověk pochopitelně může být nositelem různých odborností, takže vedle psychoterapeuta, může být i psychologem, psychiatrem, pedagogem, poradcem apod.“

Zajímavá je v tomto směru úvaha Jay Haleyho (2005), ředitele Washingtonského institutu rodinné terapie interpersonálního přístupu, představitele strategické terapie, bohužel letos zesnulého. Velmi trefně nastiňuje posun od vymezení vykonávání psychoterapie pouze pro omezenou skupinu odborníků – lékařů, psychologů k pohledu na psychoterapeuta jako člověka, který zdánlivě potřebné odborné medicínské a psychologické znalosti nemusí mít, ale po dostatečném psychoterapeutickém výcviku je schopen tuto profesi vykonávat. Upozorňuje na to, že překážkou je často spíše postoj výše zmíněných profesionálů, kteří si tuto pozici drží tak, aby jejich odborné znalosti neztratily význam.

Haley vycházel z vedení psychoterapeutických výcviků, ve kterých se shledával s oběma skupinami – „vzdělaných“ i „osob z komunity“ tedy „z ulice“. Došel k závěru, že „*akademický titul, vzdělání ve filosofii a v psychologii, kurzy psychologického testování – to všechno vypadalo nepodstatně, pokud mohli být náležitě instruováni a supervidováni lidé z ulice vyškoleni k tomu, aby se z nich stali kompetentní psychoterapeuti.*“ (Haley, 2005, s. 78)

K tomuto druhému táboru se přiklání i systemický přístup ISZ, který jako psychoterapii chápe tu činnost, která není omezena rezortním působením. Pojímá ji jako samostatnou profesi, ke které se pojí vlastní enzym znalostí a dovedností.²⁰ Jak uvádí např. Kunertová (2005), psychoterapie je samostatný obor, pro jehož vykonávání je nutné vzdělání psychoterapeutické nikoliv nutně medicínské či psychologické. Psychoterapeutické prostředky, které se jsou užívány v jednotlivých přístupech, i přes svoji zdánlivou odlišnost, směřují k témuž cíli – pomoci

²⁰ Úvaha o terpii jako profesi je uvedena v příloze 1.

klientovi (přinést úlevu, sebepoznání, nová řešení apod.). Výsledkem práce by měl být užitek klienta, bez ohledu na to, v jakém rezortu se terapie odehrává. Důležité je pak soustředit se na kvalitu poskytovaných služeb, která by měla být sledována odbornou společností. Odborná společnost by podle Kunertové (2005) měla hájit své členy, nikoliv je vylučovat. S tímto stanoviskem se ztotožňuji i já. Je vždy důležité se věnovat vymezení role psychoterapeuta v rámci samotné práce tak, aby byla klientovi užitečná, o čemž pojednává následující kapitola²¹.

Toto mírně kontroverzní téma zakončím citátem Ivana Úlehly (2005), které nás obrací k představě o profesi a úvahách o ní „*Z čiré bídy, nouze a osamocení jsme splácali páte přes deváté a tvářili se, že to tak má být. Nemá. Přestaňme se tvářit, že to je nějaká přednost. Prostě se to tak stalo. Nyní jde o to, jak dál. Jednou z možností jak dál, je ironicky drzý až znevažující návrat ke zdrojům našich vlastních představ o profesi, o přáních, předpokladech předsudcích, postojích, teoriích, mýtech a lžích, kterými sami tyto představy živíme. Jde o to vědět, z jakých předpokladů vycházíme, proč jsme je zvolili a kam nás vedou. A to zatím nejsme zvyklí dělat.*“ (Úlehla, 2005, s. 4)

3.5.2 KDO JE TERAPEUT ANEB KOUZELNÝ KLOBOUK

Výše jsem vymezovala pozici terapeuta z hlediska vnějšího kontextu odbornosti. Nyní se zaměříme spíše na kontext samotné terapeutické práce. Tento kontext představuje východisko pro sebedefinování terapeuta, a proto jej považuji za stěžejní vzhledem k empirické části této práce.

Terapeut – tanečník v terapeutickém páru – je podle systemického přístupu **expert na příjemný, respektující a pro klienta užitečný rozhovor**. Není to expert v tradičním slova smyslu – na diagnózy a hypotézy, není ten, kdo ví vše dopředu a lépe než klient. Je expertem na kooperaci a vytváření společného prostoru pro dialog. Terapeut definuje sebe sama jako terapeuta v terapeutickém kontextu tak, aby to bylo jemu i klientovi zřetelné. Definuje se jako odborníka na práci s tématem, nikoliv na téma samotné. Znamená to tedy, že terapeut není vševědoucí expert na klientovy problémy, na jeho život. Je klientovým partnerem tvořivé konverzace, která umožňuje vytvářet a rozvíjet alternativ (Strnad, 1999, Úlehla, 1998). Zároveň však by terapeut nemohl být terapeutem, jak uvádí Úlehla (1997 b), pokud by mu to klient nedovolil. Protože

²¹ Blíže k diskusi o psychoterapii v České republice viz např. Čepická (2005), Kunertová (2005), Kunertová, Čepická, Novák (2005), Knop (2005).

klient sám ví, co mu pomůže, sám vytváří kritéria toho, kdo a jaký pro něj terapeut má být. Terapeut poté definuje klienta – experta na téma²² (Úlehla, 1999).

Terapeut dále vytváří společně s klientem **kontext, pravidla, hranice a podmínky spolupráce**. Vytváří bezpečné pole, které pomůže přijímat riziko změny. Spolupracuje s klientem tak, že dělá něco jiného, ale komplementárního. Rozvíjí dialog, ve kterém dochází k vytváření nových příběhů, významů a nových realit. Kontroluje užitečnost sezení a od počátku **myslí na ukončení terapie** tak, aby jej klient již nepotřeboval. Často je to právě terapeut, který je úzkostný z konce, zejména proto, že má pocit, že končí, když se věci konečně daří. Kritériem je klientův pocit užitečnosti (Úlehla, 1999). Je proto důležité se neustále ubezpečovat o užitečnosti a přínosu terapie pro klienta. I když je tato pozice znejišťující a terapeut se tak v ní staví do světla nevědění a nejistoty.

Terapeut využívá systemického myšlení a v rámci něj systemických technik. Je však důležité, jak uvádí např. Podrazilová (1994), aby našel rovnováhu mezi technikami a svoji vlastní strukturou. Terapeut zůstává v pozici člověka, který má svá očekávání, předpoklady, nápady. Je ovlivňován svými nápady, náladou, rozpoložením, konkrétním klientem. Jak uvádí Úlehla (1996 b), očekávat, že na pracovníkovi se jeho momentální duševní rozpoložení neodrazí, vede k nelidskosti. Tento požadavek navíc není při nejlepší vůli splnitelný. O to důležitější, aby terapeut počítal se svou lidskou stránkou a pamatovat na její rozvíjení, klienta, ale svými problémy nezahlcovat. Přijme-li terapeut takový pohled na sebe a svou práci, bude ho jeho práce víc těšit a bude v ní mít větší úspěchy.

Terapeut je jako kouzelník, jehož kouzlo spočívá v umění terapie – umění vedení rozhovoru. Toto kouzlo si terapeut nesmí nechat vzít, měl by být přesvědčen o svém kouzlu a měl by dle toho ke klientům přistupovat. Jako příklad by mi mohla sloužit z beletrie bábi Zlopočasná (Granny Weatherwax) z knih Terryho Pratchetta. Její kouzlo spočívá ve špičatém klobouku, který nosí, a který reprezentuje její čarodějnické umění – hlavologii²³ (headology). V klobouku má vše nutné a téměř jej nesundává, každý ji podle toho pozná, je spojován s jejími schopnostmi.

²² O vymezení klienta pojednává další kapitola.

²³ Hlavologie může být chápána jako laická psychologie, jejíž účinek spočívá zejména v placebo efektu. Hlavologie má s psychologíí společnou hlubokou znalost fungování lidské mysli. Liší se však v neočekávaných pohledech na věci.

Zásadní pak je, že pokud čarodějnice věří sama ve svá kouzla, tím pádem pak i okolí tomu uvěří a kouzla zafungují.

Podle přístupu ISZ má terapeut následující hlavní práva, která je důležité reflektovat a umět si s nimi poradit (Úlehla, 1999). Jedině díky nim je schopen vymezit hranice svého pomáhání.

1. Nemusí vycházet se všemi klienty
2. Nemusí zvládat všechna témata
3. Nemusí vědět všechno
4. Nemusí na všechno přijít

3.5.3 KDO JE KLIENT?

Klientem není každý, je to ten člověk, se kterým byl uzavřen kontrakt a byl ujednán terapeutický kontext. Klient přichází se svými očekáváními a požadavky toho, co by chtěl. Je definován svým přáním, nikoliv problémem. Klient je expert na svůj život, nachází se v situaci, kdy si neví sám rady. Hledá v terapii to, čeho se mu nedostalo jinde, má tedy sám představu o tom, co by mu mohlo pomoci, i když jen v hrubých rysech. Návštěva terapeuta je chápána jako zastávka na životní cestě (Úlehla, 1996 b). Terapeut se tedy nezabývá životem klienta, ale jeho přáním. Klient přichází spolupracovat na svých tématech, spoluurčuje dění v terapii a kroky spolupráce (viz výše). Klient je schopen určit to, co je pro něj dobré a co nikoliv. Je schopen řešit své problémy svými prostředky, není mu třeba dodávat nic, aby řešil své problémy – vše potřebné má již s sebou, je důležité prostředky umět využít (Úlehla, 1999). Podstatné je, že klient nese odpovědnost za svá rozhodnutí a konání v životě. V systemickém pojetí je klient ten, který musí v rámci sezení udělat nejvíce práce.

Terapeut se pak snaží sladit svá přání a svůj závazek pomáhat se svými etickými, osobními a institucionálními hranicemi. Musí určit, zda s daným tématem chce, umí a odkáže pracovat. Klient rozhodně nepředstavuje pro terapeuta diagnózu. Toto je spíše etická otázka, proto se jí budu věnovat později. Systemika rozlišuje **mezi klientem a cílovou osobou** – člověkem, který do terapie nepřichází dobrovolně, který byl poslán, terapie mu byla nařízena, někdo jej přivedl (manžel manželku, maminka dítě apod.). I s cílovou osobou lze pracovat, avšak je třeba si uvědomit, že kontext je jiný. I zde, kdy přichází "nedobrovolně", je nakonec tím, co jej přivádí ke spolupráci s pracovníkem, představa, že by ta návštěva přece jen mohla pomoci v tom, co potřebuje. V jádru klient sám sebe chápe, sám sebe definuje jako toho, kdo si žádá pomoc.

Jaká je hlavní metoda terapeuta k tomu, aby mohl společně s klientem usilovat o dosažení cíle? Co terapeut potřebuje k tomu, aby byl dobrým tanečníkem?

3.6 SEBEREFLEXE JAKO HLAVNÍ SYTEMICKÁ METODA

Hlavní terapeutovou metodou je **reflektování sebe sama**. Je to něco, co není vidět, ale právě ono dělá terapeuta terapeutem. Jedná se o uvědomování si toho, co se děje v terapeutově mysli při rozhovoru. Terapeut se obrací sám k sobě a sebe táže, proč užívá konkrétní metody, proč říká dané věci²⁴. Uvědomuje si své obsahy mysli, své motivy, své předpoklady, hypotézy (Úlehla, 1999). Soustřeďuje se na to, co v něm vzbuzuje zvědavost.

Terapeut při rozhovoru brouzdá různorodými nápady, a když neví, vrací se ke smyslu rozhovoru²⁵. Své nápady – odpovědi na klientovy reakce se snaží přeformulovat v otázky pro klienta. Jak uvádí trefně Rober (1999), terapeut čerpá ze své vnitřní konverzace, která je tvořena obrazy, náladou, emocemi, vzpomínkami a asociacemi tak, aby byl schopen rozhodnout, zda a jak by tyto prvky měl v průběhu sezení použít. **Terapeut je tak svým vlastním nástrojem**. Terapeut reflektuje, klient řeší, rozpouští problém, vytváří nový příběh, což dohromady vytváří spolupráci. Jak uvádí Úlehla (1998), terapeutova naivita a respektující zvědavost pak prohlubuje jeho sebereflexi a otevírá jeho mysl dalším nápadům. V rámci sebereflexe může terapeut uvažovat v duchu modelů jeho práce, které mu umožňují se vyznat ve vlastních pocitech, myšlenkách. Jako modely pak jde využít např. tři stavy mysli, pražský výtah, osm profesionálních způsobů práce, algoritmus Pelcové apod. O jednotlivých modelech postupně níže pojednám. Terapeut má k dispozici jednotlivé techniky (konstruktivní otázky, intervence, domácí úkoly, oceňování, reflexe v týmu apod.), o kterých také pojednám níže.

3.6.1 STAVY MYSLI TERAPEUTA – PRÁZDNO, JASNO A SVOBODA

Terapeut může docházet k třem základním stavům mysli, které vymezil Úlehla (1997a). Odehrávají se, pokud je terapeut v sezení „na řadě“, pokud má něco říci. Musí se ve svých myšlenkách, představách a pocitech vyznat. Tyto stavy pak pomáhají při sebereflexi. Jedná se o

²⁴ Reflektování jako stěžejní myšlenkový proces zdůrazňuje například Donald Shön „reflection-in-action“ u učitelů. Jedná se nejen o přemýšlení v průběhu samotné aktivity, ale také po dané činnosti. Zdůrazňuje také tacit knowledge tj. nevyslovenou znalost, kterou v akci jedinci získávají. Taktéž je významná znalost a citlivost na kontext, nejedná se jen o aplikaci naučené teorie v praxi. (Parkay, Hardcatsle, 1990)

²⁵ viz níže Pražský výtah.

stav tupého prázdna, osvíceného jasna a svobody možností. **Tupé prázdno** je stav, kdy terapeuta nenapadá nic jiného než, že jej nic nenapadá. Je to nepříjemný stav, ve kterém má pocit ztráty profesionality, kompetence. Cítí se bezradný, nenašel s klientem společný jazyk, společné téma. Většinou se řeší tím, že terapeut zadá nějakou proceduru, např. testy, kresbu apod. Cesta z tupého prázdna je možná ve směru návratu k smyslu rozhovoru, kdy terapeut klientovi přizná, že se ztratil a neorientuje. Pocit **osvíceného jasna** přináší naopak příjemné rozpoložení, které se vyznačuje tím, že pracovník má správný, jistý, zaručený nápad. Posiluje to tedy jeho profesionální jistotu, terapeut vystupuje jako expert, který si je jistý svoji pravdou. Avšak je nebezpečí, že tento stav myslí klienta omezuje v dalších nápadech a možnostech. Upřednostňuje tak vlastní bezpečí nad klientovým. Posledním stavem myslí je **svoboda možností**, kde terapeut vlastním bezpečím nabízí klientovi spolupráci. Terapeut prochází svými různorodými nápady a je ochoten o nich s klientem vést dialog. Ke klientovi hovoří tak, aby měl právo terapeutovy nápady okomentovat, přijmout nebo odmítnout. Umožňuje klientovi hledat řešení a rozvíjet možnosti. Jedná se o „vysněný“ stav myslí, ke kterému terapeut směřuje. Avšak i z předchozích, pro klienta ne tolik užitečných stavů, se dokáže terapeut poučit.

3.6.2 REFLEKTUJÍCÍ TÝM – BANKA NÁPADŮ

Terapeuta ze stavu osvíceného jasna nebo tupého prázdna může vyvést například tzv. **reflektující tým**. Členové týmu jsou pro terapeuta studnicí nápadů, rozrůžňují pohledy a prohlubují terapeutovu reflexi. Techniku reflektujícího týmu v této podobě zavedl, jak bylo uvedeno výše, Andersen (1985). Jeho pojetí týmu bylo různě upravováno (přítomnost vs. nepřítomnost lidí v místnosti, telefonování týmu, odcházení terapeuta za týmem apod.), zmíním se proto o formě, která je v současné době využívána v ISZ. Jedná se o koncept, kdy tři až čtyři lidé sedí v kruhu v místnosti, kde se odehrává sezení. Pokud jsou terapeutem vyzváni, vedou 3-5 minutovou reflexi, která obsahuje pocity, nápady, názory, návrhy, otázky, ocenění, shrnutí „kudy šla řeč“. Vše je řečeno spekulativní formou „Zdá se mi...“ „Nejsem si jist, že...“ „Zajímalo by mě...“ Nápady pak vycházejí z řeči klienta. Je zakázána řeč, která vede k nekompromisním stanoviskům „buď – anebo“. Klient i terapeut tak dostávají přímou zpětnou vazbu, mohou si dělat poznámky z toho, co je zaujalo. Mohou si svobodně vybrat, nejsou nuceni do jednoznačných pravd a tvrzení. Klient se pak na vyzvání terapeuta vyjadřuje k aspektům, které jej na řeči týmu zaujaly.

Reflektující tým tak klienta oceňuje za každé změny, zplnomocňuje, nabízí nápady, myšlenky, vnáší alternativní pohledy, orientuje se na pozitiva a klientova přání. v žádném případě klienta nedignostikuje, nenálepkuje, nepoučuje, nesoudí. Užití týmu umožňuje terapeutovi nejen rozšířit možnosti, ale také, jak upozorňuje Flaskas, Perlesz (1996) nebo McNamee, Gergen (1999), zachovat pozici, která se nevyznačuje omnipotencí a nadřazeností.

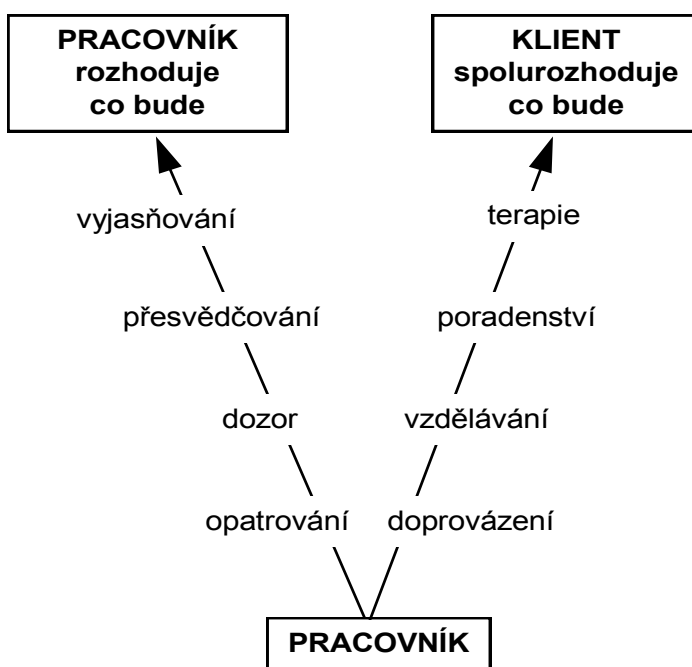
3.6.3 PRAŽSKÝ VÝTAH JAKO PROSTŘEDEK K TERAPEUTOVU BEZPEČÍ

Modelem, který umožňuje terapeutovi sledovat, kde se zrovna v rozhovoru nachází, co se s ním děje a zda se cítí bezpečně, je tzv. **Pražský výtah**. V první pozici tohoto výťahu je pracovníkovo bezpečí, druhé patro značí, že klient má vždy pravdu, třetí patro pak znamená práci na společném tématu (Úlehla, 1999). Pokud se terapeut z nějakého důvodu necítí na sezení dobře, bezpečně, může „sjet výtahem“ do nižších pater a opět se vrátit nahoru. Tato pomůcka je vhodná pro reflektování toho, jak se terapeutická práce daří a tím pádem jako východisko změny.

1. **Pečovat o svou pozici v rozhovoru, o své bezpečí** – Terapeut sám sebe definuje jako terapeuta, hlavním kritériem pak je pocit bezpečí, bez kterého nelze pomáhat. Klade si následující otázky – *Definuji sebe sama jako pomáhajícího? Čím mohu naplnit svou představu o sobě jako pomáhajícím? Co musím učinit, abych naplnil vstupní podmínky pomáhání? Jsem to já, kdo vytváří kontext pomoci – pomáhajícího rozhovoru?*
2. **Klient má vždycky pravdu** – Po dosažení bezpečí je důležité, aby terapeut vnímal vše, co klient říká, vnímat jako téma, aniž by s tím musel hned něco dělat (například souhlasit). *Jsem schopen vnímat klientovo téma jako téma rozhovoru? Jsem schopen udržet metodu reflexe a držet ji odděleně od kontextu jednání a zasahování? Mohu odlišit potvrzení, že vnímám, co klient říká, od souhlasu nebo nesouhlasu s tím?*
3. **Práce na společném tématu** – Jasným vymezením pozic klienta a terapeuta byla nastolena spolupráce. Teprve po té, co můžeme pracovat na společném tématu, mohu rozlišit kooperaci od předchozích operací jedné nebo druhé strany. Společné téma zpětně definuje, co byly příspěvky jednotlivých stran. *Mohu odlišit moje a klientova témata? Mohu odlišit naše jednotlivá témata od společného tématu? Není to, co nazývám společným tématem, jenom mým tématem?*

3.6.4 MODEL OSMI PROFESIONÁLNÍCH ZPŮSOBŮ PRÁCE

Další z modelů, který terapeutovi pomáhá pro sebereflexi, a tedy i pro sebedefinici, je osm profesionálních způsobů pomáhání. Úlehla (1996 b) uvádí jako dvě hlavní kategorie pomoc a kontrolu. Do kontroly pak patří vyjasňování, přesvědčování, dozor, ošetřování. Do sféry pomoci pak patří doprovázení, návody a poučení, terapie, poradenství. Kdy ani o jedné neříká, že by byla vhodnější než druhá, je však důležité vycházet z toho, co bylo na základě rozhovoru s klientem dojednáno, nikoliv z toho, co si terapeut myslí, že by mělo být.



Obr. 4 – Osm profesionálních způsobů práce (podle Úlehla, 1996 b, s. 32, obr. 10)

3.6.4.1 KONTROLA

V rámci kontroly na sebe terapeut bere starost, aniž by se klienta zeptal. Přistupuje ke klientovi v kontextu toho, co by podle terapeuta „měl“ klient dělat, myslet si nebo cítit. Systemika v žádném případě kontrolu neodsuzuje, neboť je velmi účinná a z hlediska společnosti a udržení jejich norem nezbytná. Je prostředkem společenské sebereprodukce, jak například uvádí Helus (2007). Je třeba si však uvědomit, jak upozorňuje Úlehla (1999), že kontrola není všespasitelná.

Vyjasňování značí snahu terapeuta po objevení přání klienta. Je tedy vedeno přáním terapeuta slyšet přání klienta. **Přesvědčování** je způsob, kdy terapeut usiluje o to, aby klient přijal

jeho preferované předpoklady. Jedná se o velmi expertkou pozici, kdy má terapeut pocit, že ví více a lépe než klient. **Dozor** pak vede terapeuta k tomu, aby přesvědčoval klienta, aby respektoval terapeutovy normy a pravidla. Přebírá na sebe odpovědnost za klienta, ale v hloubi duše věří, že klient buď později schopen sám za dané věci odpovídat. **Ošetřováním** pak terapeut dává najevo, že danou věc musí udělat za klienta a nemůže ji na něm nechat (Úlehla 1999, 1996).

3.6.4.2 POMOC

Na druhou stranu pomoc je spolupráci klienta a terapeuta jako dvou rovnocenných partnerů. Postupným dojednáváním se dochází k tomu, co klient chce, konkretizují se cíle, přání a způsoby jak jich dosáhnout. Klientovi jsou nabízeny možnosti spolupráce, tak aby cesty k pomoci zůstaly otevřené. Pomoc je respektující, příjemná a proto také užitečná.

V rámci pomoci může docházet k **doprovázení**, kdy klient přichází s těžkostí, kterou nelze změnit. Po terapeutovi pak vyžaduje pomoc vše nést a snášet, zvládat. Je důležité, aby terapeut zůstal lidský a byl stabilní a vyrovnaný a tím pádem byl schopen poskytnout pevnou oporu a pomohl „nést břemeno“ (Úlehla, 1999, 1996).

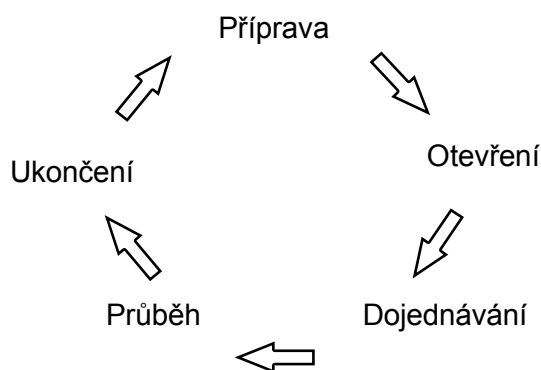
Vzdělávání (návodů a poučení) pak terapeut poskytuje, pokud klient vyžaduje doplnit mezery ve vzdělání informacemi, poučením, ověřením. Důležité je umět s informacemi nakládat, vědět, kde je hledat a ověřovat si, zda jsou pro klienta opravdu prospěšné. V rámci **poradenství** nabízí terapeut pomoc při aktivaci zdrojů. Snaží se s klientem odstranit překážky, které znemožňují dosažení cílů. Terapeut může poskytovat návody, rady, nápady, náměty. Nejvhodnější je, pokud lze tvořivě čerpat z předchozích rozhovorů s klientem. Návody a rady se spoluutváří, užitečnost hodnotí klient. **O terapii** se jedná, pokud chce klient ukončit svá trápení a těžkosti. Snaží se společně s terapeutem o hledání cest k rozpuštění problému s užitím svých zdrojů a ochoty spolupráce. Terapeut klienta zplnomocňuje k řešení.

3.7 DIALOG JAKO VZÁJEMNÝ PROSTOR

„V tomhle ti taky můžu pomoci,“ nadšeně chrлил počítač a horlivě dírkoval pásku. "Klidně dokážu vypočítat tvoje psychologické problémy s přesností na deset desetinných míst, jestli ti to nějak pomůže.“ (Adams, Stopařův průvodce po galaxii, 2005)

Základním nástrojem terapeuta je strukturovaný a reflektovaný dialog. Je to společný prostor, místo setkání, operační pole. Úlehla (1996 b) a Pelcová (1995) zdůrazňují, že před rozhovorem předchází příprava, kdy si terapeut ujasňuje své hranice pomoci, které může

poskytnout. Poté následuje otevření rozhovoru, dojednání schůzky, průběh rozhovoru, jeho ukončení. Po rozhovoru pak následuje další příprava, kdy se terapeut sebevzdělává a rozvíjí své schopnosti studiem, supervizí apod. Tento nekončící cyklus rozhovorů lze chápat jako proces stávání se terapeutem a utváření terapeutické kompetence. Cyklus je uveden níže v rámci schématu.



Obr. 5. – Cyklus sebedefinice terapeuta (Úlehla, 1995, s. 148)

Co všechno terapeut potřebuje k tomu, aby mohl dialog dobře vést? V následujících podkapitolách uvedu jednotlivé potřebné předpoklady terapeutické práce, dovednosti a techniky. Je třeba, aby se terapeut vyrovnal s nejistotou, uvědomil si své předpoklady a poté byl schopen „ušít“ klientovi přístup na míru ve smyslu Ericksona.

3.7.1 VYROVNÁNÍ SE S NEJISTOTOU, TERAPEUTOVO BEZPEČÍ

„Ze systemického přístupu jsem si udělal styl, kterým jsem se konečně oprostil od toho, abych práci s klienty dělal „tak ňák“. Už nechci být Takňákem. Co jsem získal, bylo cosi pro mne nečekaného, totiž bezpečí pochybování, bezpečí kladení otázek, bezpečí nevědomosti, bezpečí nerozumění, a to vztaženého jak k vlastní terapeutické práci a tak ke klientovi.“ (Úlehla, 1997 b, s.2)

V terapii je důležité, aby si terapeut byl vědom **nejistoty a naučit se s ní zacházet**. S nejistotou vlastního terapeutického počínání, s nejistotou plynoucí z relativnosti výkladu světa. Stěžejní je též naučit se pracovat s nejistotou volby terapeutické metody, protože nikdy si nemůžeme dopředu vědět, co bude pro klienta užitečné. Systemický přístup tak osvobozuje

terapeuta od nutnosti dopředu správně vědět, co pomůže klientovi. Nelze si vzít univerzální postup pro danou situaci a na daného klienta jej aplikovat, jak ilustruje níže uvedený citát.

„Automat fungoval velmi zajímavě: po stisknutí knoflíku Pití přístroj provedl okamžitý, zato však velmi podrobný průzkum chuťových buněk subjektu, spektroskopickou analýzu jeho metabolismu, načež vyslal velmi slabé experimentální signály po nervových drahách až do chuťových center mozku, aby zjistil, co by mu tak mohlo dělat dobře. Nikdo však neměl nejmenší tušení, proč to všechno dělá, protože nakonec vždycky bez rozdílu vyprodukoval šálek tekutiny téměř úplně ale ne zcela naprosto nepodobné čaji.“
(Adams, Stopařův průvodce po galaxii, 2005)

Pro pocit jistoty je významné zajistit si vlastní bezpečí. Stav terapeuta by se měl vyznačovat klidem, trpělivostí, pocitem svobody a dostatku času. Terapeut by se měl „sebrat“, uvědomit si svoji roli a profesionalitu. Ztracenou bezpečí a jistotu může získat zastavením se a návratem k podstatě rozhovoru (viz například pražský výtah). Jak uvádí Úlehla (1997a, 1997b), jediné když terapeut najde pocit vlastní jistoty a bezpečí, je schopen zastávat pozici nevědění, nerozumění. Pak až může pochytit klientova přání, přistoupit na ně, najít společné téma a spolupracovat na hledání řešení. Klíč je ve vlastní svobodě a umožnění svobody také klientovi.

3.7.2 PŘEDPOKLADY JAKO VÝBAVA TERAPEUTA

Terapeut do sezení přichází s **předpoklady**, které jsou výbavou terapeuta, jeho útěchou a zdrojem. Je důležité je neustále reflektovat a uvádět do rozhovoru jako téma tak, aby jimi nebyl terapeut brzděn a aby to bylo k užítu klienta. O předpokladech pojednává Cecchin (1994), který jimi myslí všechny existující myšlenky, které se podílejí během terapeutického sezení. Řadí k nim spleť fantazií, představ, přijatých historických údajů, pravd, dojmů, sklonů, nápadů, hypotéz, modelů, teorií, naladění apod. Předpoklady také vytváří podklad našich rozhodnutí, kam terapii směřovat. S předpoklady přichází také klient, předsudky obou se pak vzájemně ovlivňují. Důležité je vzájemně předpoklady odkrývat a dávat je k diskusi, nelze předpoklady nemít. Důležitá je vázanost na kontext, je pak zajímavé kontext zjistit a najít jiný, ve kterém neplatí. Níže uvedený citát zrcadlí předpoklady, které se vyskytují na straně obou terapeutů.

„Já moc maličko vím. Moc, moc maliličko. Aha! Otázka od psychiatrie. Vy jste šílený?“ „Samozřejmě.“ řekl Tracy. Starý pán se podíval ke dveřím. Dal si prst na ústa a zašeptal. „Tiše!“ „Jsem šílený z toho, že mi zranili tygra,“ řekl Tracy. „Z toho, že ho vůbec kdy zavírali do klece. Že ho dali do cirkusu. A i jinak jsem blázen, už od narození.“ „Já taky, ale to je informace na neříkání.“ doktor znovu pohlédl ke dveřím. A náhle vstal ze židle. „Já budu mluvit tak, řekl. „Ten člověk je zdrav. To oni rozumějí. Aha! Práce je konec.“ Hlasitě zavolal „Oukej, prosím.“ (...) Jakýsi muž, ve všem všudy nepodobný Dr.Pingitzerovi,

vystoupil do popředí a pravil: „Jsem doktor Scatter z manhattanského obvodu, neurolog. Mohu se vás, pane kolego, zeptat, jaký postup vyšetření jste zvolil, abyste dospěl k takovému závěru?“ „Ne,“ řekl dr. Pingitzer. Obrátil se k Tracymu. „Sbohem, chlapče,“ řekl.... Takže když dr. Pingitzer odešel, vyšetřil Tracyho ještě dr. Scatter, jenž pak nemohl jinak než interpretovat Tracyho odpovědi zcela v souladu se svými předsudky. Nebylo pro něj žádným problémem postupně, krok za krokem, dokázat, že Tracy je duševně chorý. Jde to velmi snadno. A lze to dokázat u kohokoliv.“ (Saroyan, Tracyho tygr, 1997, s. 81-82)

3.7.3 OCKHAMOVA BŘITVA – UŽÍVÁNÍ CO NEJJEDNODUŠŠÍ CESTY

„Entia non sunt multiplicanda praeter necessitatem. (Entity se nemají množovat více, než je nutné.)“
William z Ockhamu

Ockhamova břitva, princip připisovaný anglickému františkánu Williamu z Ockhamu, je v tomto smyslu užít jako zabývání se tím nejjednodušším, nejmenším nutným, co klient potřebuje. Také jako hledání nejjednodušší cesty k řešení. Je důležité se soustředit na budoucí úspěch a věnovat se krokům, které k němu vedou. Stejně tak je důležité věnovat se tomu, co se klientovi již daří, dále pak co pomáhá a funguje. Stejně tak to, čeho si klient cení a na čem mu záleží.

Základními pravidla lze formulovat následovně (volně dle Úlehla, 1999):

1. **Nespravovat to, co není rozbité.** Terapeut by měl mít velkou dávku tolerance a rozšířit si repertoár toho, co „není rozbité“. Terapeut není od toho, aby dal utopické ideální návody, jak by věci měly být.
2. **Dělej víc toho, co pomáhá.** Terapeut upřednostňuje úspěchy místo nekompetence.
3. **Dělej něco jiného.** Terapeut povzbuzuje klienta v tom, aby nedělal to, co nefunguje a aby zkusil něco jiného. Aby našel alternativní vzorce, které by nahradily ty negativní.
4. **Nedělej nic.** Klient již dostatečně pracuje, je teď důležité, aby uvěřil svým očím, že se mu to podařilo.

V rámci přístupu ISZ jsou pak využívány též metody, které byly vyvinuty v uplynulých letech v rámci kontextu rodinné či systemické terapie, a které jsou zmíněny v rámci systemických směrů výše např. cirkulární otázky, sebereflektující dialog, užití konceptu pozorovatelů, externalizace, zázračná otázka apod. Jsou taktéž využívány nové techniky a intervence ze škály jiných přístupů (např. domácí úkoly, psaní deníku, behaviorální škály, nonverbální techniky,

hypnóza apod.). K jednotlivým zvoleným technikám se však váže reflexe terapeuta o důvodu užití, zachováván je princip Ockhamovy břitvy – co nejjednodušší cesty – a užitečnosti pro klienta. Je důležité se zaměřit nikoliv na problém, ale na jeho řešení.

3.7.4 NE PROBLÉM ALE JEHO ŘEŠENÍ

„Řešit problém pak znamená odstranit tyto příčiny, tedy dostat se k jádru, které je ovšem ukryto pod povrchem. To dobře funguje pro „jednoduché stroje“, jako jsou např. žentour, televizor, kombajn, elektronická navigace, části lidského těla – klouby, svaly – apod. Pro složitější systémy ovšem platí Metafora toaletního papíru: odmotáme-li z role toaletního papíru všechno, co papír skrývá, odhalíme tubus, tedy jeho jádro. Když jej konečně máme, je nám přesně na to, nač bylo určeno vše, co jsme odmotali.“ (Úlehla, 1999, s. 4)

O problému a problémových systémech jsem pojednala již výše v rámci výkladu klinické teorie Kurta Ludewiga. Na tomto místě je třeba zmínit, že v rámci systemického pojetí ISZ se na popis problému nepohlíží jako na součást řešení. Popis problému znamená zachytit to, co není dobře a co nevede k řešení. Úlehla (1999) přirovnává problém klienta ke svetru, který je negativně zabarvený, a který říká, že má být změněn. Terapeut se pak snaží společně s klientem rozmotat vlnu (nit, ze které je upleten klientův příběh) a uplést nový svetr (vytvořit nový příběh). V tomto příběhu se pak bude klientovi žít lépe.

V rámci řešení pak klient a terapeut směřují k lepším cílům, které jsou konkrétně definovány dle představ klienta. Je těžké, aby k nim klient chtěl ochotně směřovat, vytvářel je a ne čekal, že je za něj někdo vyřeší. Přítomnost je pak chápána jako již začátek směřování k cíli. Jak upozorňuje Podrazilová (1995), v průběhu terapie se pak cíle mohou proměňovat, je proto důležité, aby se terapeut vracel k zakázce a znovu ji formuloval společně s klientem.

3.7.5 UMĚNÍ PŘIPOJOVÁNÍ

Významným úvodním aspektem dialogu je připojování. Co připojování znamená? Flaskas, Perlesz (1996) uvádí, že téma terapeutického vztahu bylo v systemické terapii dlouho přehlíženo. Zdůrazňují, že vztah terapeuta a klienta a jazyk, který se používá k jeho popisu, může vycházet i z jiných teoretických koncepcí jako je např. psychoanalýza se svými pojmy přenos a protipřenos. Škola ISZ tuto jazykovou hru nepoužívá, přístup klienta a terapeuta ale neignoruje. Hovoří o úvodním **připojování** jako stěžejním předpokladu terapeutické práce. Připojování znamená přijetí způsobu myšlení klienta, způsobu myšlení, preferované modality, potřeb a

zdrojů. Připojování se netká pouze začátku, ale i v průběhu dalších sezení je kladen důraz na pozitivní terapeutický vztah, orientace a pozitivní spojení klienta a terapeuta. Pokud se vrátím k metafoře tance, v tanci je důležité, aby tanečník poznal svou partnerku k tanci tak, aby mohli ladně kroužit po parketu. Stejně tak je tomu i při připojování.

Rozhovor je to místo, kde se klient a terapeut domlouvají a snaží se dospět k porozumění. Klient a terapeut se snaží **sladit vzájemná očekávání**, najít společný cíl (téma). Snaží se otevřít společně nové pohledy, konstruovat novou realitu, vytvořit společný svět, kde již problém není. (Úlehla, 1999) V průběhu rozhovoru musí terapeut kontrolovat, zda se dělá s klientem domluvené a případně upravit jeho směr. Měřítkem, jak již bylo výše uvedeno, je klient a jeho pocit užitečnosti rozhovoru. Užitečnost lze ověřovat i na závěr sezení a ujišťovat se tak, co klienta přivedlo k nějakému novému zjištění, co mu pomohlo, či naopak čeho se příště vyvarovat. Nedojde pak k situaci, která je uvedena výše v citátu.

3.7.6 DOTAZOVÁNÍ, OCEŇOVÁNÍ JAKO STĚŽEJNÍ DOVEDNOSTI

Po sladění očekávání a připojení, stejně jako v jeho průběhu, užívá terapeut dotazování. Terapeut se ptá klienta proto, že věří, že klient má odpověď. Otázky navozují pro klienta neobvyklé úvahy, které vedou k nezvyklým řešením. Dotazování pak směřuje nikoliv proto, aby terapeut pochopil, co klient míní, ale proto, aby vedly klienta k zamyšlení. Jak uvádí Gjuričová, Kubička, Špitz (1998), je velmi užitečné dát klientům prostor vidět věci jinak, než jsou běžným způsobem zvyklí. Popisování problému se odlišuje od řešení problému, pro terapeuta je proto důležité rozlišovat mezi těmito dvěma jazykovými hrami, jak bylo uvedeno výše.

Terapeut se řídí třemi (popřípadě čtyřmi) **kouzelnými otázkami** podle Toma Andersona:

1. Jaký je příběh Vaší cesty sem ke mně?	Tato otázka slouží k otevření tématu předchozích zkušeností z terapií, zkušeností s řešením tématu. Snaží se objevit, proč klient přichází.
2. Co s tím spolu máme dělat?	Jaký je cíl sezení? Co je přání klienta? Jak pozná, že mu setkání s terapeutem bylo užitečné? Jak využít společný čas?
3. To, co tady děláme, je pro Vás důležité?	Ověření, zda terapeutické sezení směřuje tam, kam má. Je důležité průběžně si ověřovat užitečnost.
4. Co tedy máme dělat jinak?	Jak změnit sezení tak, aby bylo klientovi užitečné? Jaké má klient náměty, nápady apod.

Tab. 8- Základní otázky Andersena (N.N. podle textu Úlehla, 1996 b)

Mezi techniky dotazování patří také výše zmíněné **cirkulární dotazování**, které vede klienta ke konstrukci nového příběhu v novém kontextu. **Konstruktivní otázky** pak slouží ke konstrukci nové reality, nikoliv k zjišťování fakt. Dalšími typy otázek pak jsou **otázky na řešení, na zvládnání**, jak bylo výše uvedeno u terapie zaměřené na řešení. Stejně užitečné mohou být také **měřicí otázky**, které dávají příležitost k novému rozlišení, nové definici a vymezení. Více o nich pojednám v empirické části, vzhledem k tomu, že jich využívám v rozhovoru ve svém výzkumu. Otázky užívají nejčastěji škálu od 0 až 10, na které se klient umístí. To, jak daleko se klient posunul nebo ještě posune, pak určuje on sám. Klient také určuje, co všechno již udělal, jak velkou má naději, jaké nejbližší kroky musí udělat. Měřicí otázky také lze užít k určení pokroku společné práce klienta a terapeuta. Tento koncept typ otázek vychází z konceptu terapie zaměřené na řešení.

V rámci rozhovoru je také důležité být schopen **oceňovat klienta**, což také plyne z terapie zaměřené na řešení. Ocenění je zaměřeno na to, co klient zvládá tak, aby se upevnila jeho kompetence a potvrdil se jeho podíl na změně. Ocenění by mělo vycházet z toho, co terapeut vnímá jako pozitivní (Úlehla, 1996 b) V rámci dialogu je také dobré užívat humor, který je vůči klientovi respektující, jak uvádí například Jonesová, Asen (2004).

Při uzavírání sezení pak může zaznít domácí úkol, uznání, přeformulování společného cíle do dalšího sezení. **Domácí úkol** by měl být soustředěn na budoucnost, měl by rozvíjet řešení. Jak uvádí Úlehla (1999), domácí úkoly by měly být hravé, měly by vycházet z toho, co se dělo v průběhu rozhovoru, vztahovat se k zakázce. Úkoly by měly být orientovány na budoucnost, měly by směřovat ke konání či pozorování. Jsou také inspirované koncepcí na řešení orientovaných terapeutů.

3.8 SYSTEMICKÁ ETIKA A MORÁLKA, ETICKÁ SYSTEMIKA

„Systemická etika podporuje uvědomění člověka jako spoluvytvářejícího mnohotvárný svět, v němž nelze činy opravňovat vnějšími tlaky nebo nevěděním. Samotný poukaz na nevědění předpokládá vědění, které eticky zavazuje. Systemická etika tedy jedince zavazuje, aby si pomocí sebezpozorování nebo prostřednictvím kolektivní reflexe udělal jasno v podmínkách, kterými se jeho jednání řídí.“ (Ludewig, 1994, s. 55)

Jak bylo uvedeno výše, je třeba, aby byl rozhovor mezi klientem a terapeutem estetický a respektující. Důležité kritérium je také etický aspekt rozhovoru. Proto věnuji této problematice samostatnou kapitolu.

Etiku chápu jako filosofickou vědu o správném způsobu života, jako nauku o morálce – souboru uznávaných mravních norem. Etika se pak snaží nalézt normy a zdůvodnit je. Zabývá se nejen morálním cítěním, ale i morální praxí, tedy chování lidí. Rozlišuje mravní jednání ve shodě se svědomím (Janovský, 2003). V rámci psychoterapie je významnou součástí profesionality mravní jednání, které naznačuje osobní zralost jedince. Systemická etika není příkazová a zákazová, dává prostor k úvahám, diskuzím. Podstatné je dát právo k odpovědnosti sobě, ale také druhému. I ten má právo se vyjádřit, stejně jako já.

V rámci postmoderního přístupu k etice dochází k relativizování hodnot dobra a zla a objektivního poznání. Jak uvádí Janovský (2003), díky pluralitě názorů a globalizaci svět se lidé v pomáhajících profesích dostávají do náročné situace, ve které je však třeba přijímat odpovědnost za své činy. Je důležité, aby terapeut rozvíjel sebereflexi a znal své hodnoty a hranice, které bude zachovávat jako nepřekročitelné. Terapeutovo přesvědčení může vycházet z různých náboženských a jiných ideologických kořenů. Může se setkávat s nejrůznějšími otázkami etického rázu, jako je interrupce, umělé oplodnění, antikoncepce, utrpení, závažná nemoc, postižení, smrt, smysl života, transplantace (Janovský, 2003). Měl by mít prozkoumán

vztah k sobě samému, k okolí sociálnímu i přírodnímu, k vesmíru jako celku, k věcem, k životu. Jedině tak bude schopen pro klienta vytvořit pole, ve kterém se rozvine spolupráce. Popřípadě si bude terapeut schopen připustit, že s daným tématem nemůže pracovat.

Jak uvádí Bělohradský (1999) ve svém pojednání o antinomii globalizace, je velmi časté odvolávání se na „objektivní“, přičemž se nebere v úvahu to, že se kritéria odvolávají na daný konkrétní sektor. Neexistuje univerzální slovník, který by popsal, co platí a co ne. Jako skutečnost platí to, na čem se lidé dohodli. Díky zrychlující se diferenciaci nebude podle Bělohradského (1999) existovat jedna univerzální myšlenka, která bude lidstvo řídit. Je třeba s antinomií počítat a snažit se kompromisy dané situace, kam člověka přivádí, řešit.

Respekt k mnohotvárnosti lidských světů však s sebou nese respekt k druhému člověku, který na mnohotvárnost má také právo (Ludewig, 1994). Terapeut je otevřen k jinakosti a odlišnosti klienta a mnohotvárnosti světa a pluralitě ve smyslu uvedeném výše v kapitolách o postmodernismu. Bere ohled na profesně etické principy, které zastřešují působení v psychoterapii pro danou oblast působení (zdravotnictví, školství apod.). Terapeut dbá nejen na mravní normy, ale i právní normy např. na ochranu a důvěrnost sdělení klienta, zamezuje jakémukoliv zneužívání (i sexuální) klienta pro osobní cíle.

3.8.1 DILEMATA TERAPEUTA

Dilemata jsou pak chápána jako běžná součást terapeutické práce. Terapeut by si jich měl být vědom a měl by s nimi umět pracovat. Dilemata v terapeutické práci přináší možnost úvah a hodnocení terapeutovi profesionality. Podnětná je z tohoto hlediska úvaha Drydena (1987) nad dilematy terapeutů, které diskutuje se zastánci různých psychoterapeutických škol. Následující tabulka pak sumarizuje dilemata, kterými se terapeut dle Drydena (1987) zabývá. Jednotlivé body jsou diskutovány z pohledu, jak si autorka vysvětluje jejich řešení v rámci systemické terapie. Nejedná se o žádné univerzální odpovědi, mnoho z otázek jsou věci k diskusi, stejně jako ostatní morální dilemata.

Dilema kompromisu	Jak moc dává terapeut najevo lásku a sympatii? V rámci systemiky je odpovědí užitečnost tohoto konání pro klienta. Systemický pohled na terapeuta jej nestaví na piedestal, pojímá jej jako lidskou bytost, která může chybovat. I
--------------------------	--

	v systemických sezeních však může docházet k zamilování do terapeuta či do klienta.
Dilema hranic	Udržovat hranice je pro terapeuta důležité, aby chránil sám sebe i klienta.
Dilema loajality	<p>Loajalitou se myslí loajalita k terapeutické škole. V rámci systemiky se snaží terapeut být svému způsobu myšlení loajální. Pokud zjistí, že nemůže klientovi pomoci v rámci svého druhu práce, odkáže jej na jiného odborníka.</p> <p>Loajalitou ke směru je také myšleno rozvíjení individuálního stylu v rámci konkrétního přístupu, které s sebou nese vysoký stupeň sebereflexe.</p> <p>S dilematem loajality souvisí zakázky nadřazených kontextů – zaměstnavatelů. Je důležité si uvědomit, v jakém kontextu a pro koho je zakázka plněna.</p>
Dilema role	<p>Jaké role terapeut pro klienta hraje? V rámci systemického přístupu se jedná o roli terapeuta. Za tuto roli je odpovědný.</p> <p>Pokud hraje role jiné, je to i záležitost klienta, pokud je v něm vidí.</p>
Dilema odpovědnosti	Systemika řeší částečně dilema odpovědnosti tak, že klient je odpovědný za svůj život a svá rozhodnutí. Zbývá pak osobní odpovědnost, která souvisí s rozhodnutím každého terapeuta.
Dilema slepé uličky	<p>Jak zacházet se situací, kdy terapeut neví, jak v terapii pokračovat? Co dělat s klientem, který se nezlepšuje? Je nemorální poslat klienta k jinému odborníkovi? Je morální brát za tuto terapii peníze? Terapeut by si měl připustit, že někdy se v terapii nedaří a využít tak různých výše zmíněných modelů k tomu, aby se z této situace s klientem dostali.</p> <p>Klienti, kteří jsou pro terapeuta obtížnější než jiní, slouží k jeho osobnímu růstu.</p> <p>Terapeut i klient si z konzultace odnáší něco jiného. Kritériem úspěšnosti terapeutova působení je klientův pocit užitečnosti.</p>

	Jak pozná, že je to lepší? Co bychom měli příště udělat, abyste odtud odcházel spokojenější?
Potřeba pomáhat	Je třeba, aby si terapeut uvědomil, či potřeby jsou uspokojovány, zda jeho nebo klientovy. Potřeby terapeuta jsou také důležité, avšak ne na úkor klienta a jeho potřeb. Vzhledem k tomu je třeba směřovat ke konci terapie. Kdy terapii ukončit ví nejvíce klient. Ukončí spolupráci, jakmile dosáhl svého.

Tab. 9 – Dilemata terapeuta (N.N. základní body schématu dle textu Drydena, 1987)

Dilema potřeby pomáhat trefně ilustruje níže uvedený citát.

„Měli za sebou již třetí šálek čaje, když dr.Pingitzer opět promluvil. „Aha,“ řekl. „Práce. Práci já nerad. Psychiatrii já nerad. Já vždycky nerad práci. Já rád zábavu, hru, fantazii, kouzla a čárymáry.“ „Proč tedy pracujete?“ „Proč?“ řekl doktor, „pročproč.“ Na chvíli se zamyslel. „Ve Vídni já tu holku potkal. Elsa. Elsa Varshok. Aha? Elsa moje žena, pak matka, pak říká: „Kde máš peníze pro jídlo?“ Takže pracuju.“ „Rozumíte psychiatrii?“ zeptal se Tracy. „Psychiatrii ne,“ řekl dr.Pingitzer. „Lidem-maličko, maliličko. Proč? Lidi jsou těžký. Lidi jsou lidi. Lidi jsou zábava, hra, fantazie, kouzla a čárymáry. Aha! Lidi jsou bolest, nemoc, šílenství, bláznění, lidi zraňují lidi, zabíjejí lidi, zabíjejí sebe.“ (Saroyan, Tracyho tygr, 1997, s.73)

K dilematům ještě přidávám dvě dilemata podle Ludewiga (2003) – dilema diagnostikování a „terapeutovo dilema“. **Terapeutovo dilema** značí, že terapeut má jednat tak, aniž by předem bylo jasné k, čemu a jak daná akce povede. Vchází z toho, že se terapeut orientuje podle klienta, společně s ním utváří terapii, jak bylo uvedeno již výše. Dilema diagnostikování pak značí situaci, ve které musí najít systemický terapeut rovnováhu mezi redukcionismem diagnóz a konstruktivismem. Pozice nevědění se zcela vylučuje s diskursem diagnóz, který předem „ví“, co klientovi je a jak mu pomoci. Jak uvádí Strnad (1999, s. 3), diagnóza má „zejména zaplnit vakuum z nedostatku klinického porozumění danému jevu, dané situaci a trápení klienta/pacienta. Má zakrýt bezmoc (a nepřiznaný vztek) odborníka a z nich plynoucí ostudu a odbornou nekompetenci.“ Ludewig (2005) navrhuje jako řešení tzv. „**survival diagnostics**“ (diagnostiku přežití), která klienta neuzavírá v diagnóze, ale snaží se soustředit na zájem nebo zvědavost terapeuta na všechny aspekty klienta, které mu pomohly přežít až do dnes. Diagnostika přežití posiluje v klientovi tendenci hledat zdroje, alternativy, výjimky a vše ostatní,

co umožňuje klientovi soustředit pozornost nikoliv na problém, ale na alternativy. Tento přístup nechává expertnost klientovi na sebe sama a nikoliv terapeutovi.

3.9 SYSTEMICKÁ SUPERVIZE JAKO TERAPEUTŮV ZDROJ

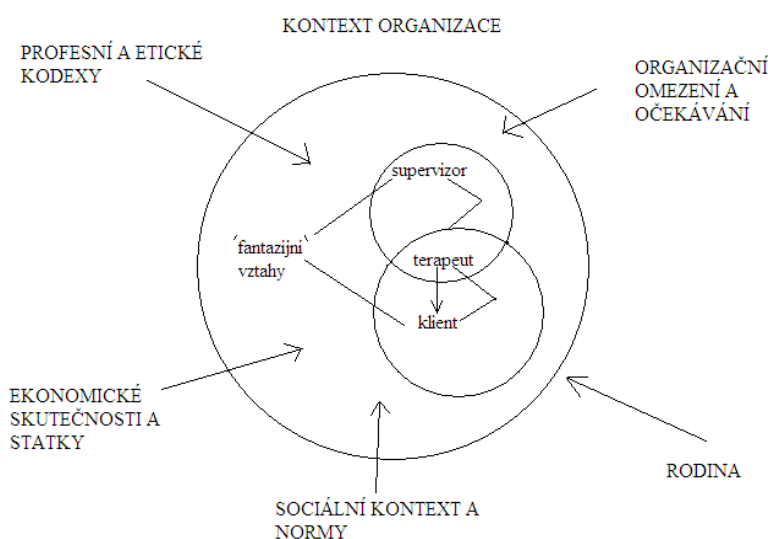
Terapeut by nebyl terapeutem bez supervidování. Systemická supervize je chápána jako součást potřebných zdrojů systemického terapeuta. Mezi jinými zdroji jako jsou kolegové, blízcí lidé stojí také supervizor, který pomáhá řešit těžkosti pracovníka tak, aby se mu dobře pracovalo s klienty (klientem). Jak uvádí Špitz (1995), supervize v mnohém obsahuje analogické vzorce, myšlenkové struktury a komunikační interakce jako terapie. Podobnost je strukturální – uspořádání supervizního sezení, společným znakem je také tvořivost, pružnost. Centrální pak je vytváření společného diskursu mezi supervidovaným a supervizorem a schopnost reflexivity. Systemická supervize pak vychází z podobných zásad a postupů jako systemická terapie. Supervizor definuje sám sebe jako supervizora, supervidovaný jako supervidovaného a supervizora přijímá jako supervizora.

Supervizor není chápán jako někdo, kdo je nadřazený nad terapeutem, je chápán jako partner rozhovoru, je expert na vedení supervizního rozhovoru tak, aby byl pro supervidovaného užitečný a příjemný. Supervizor udržuje strukturu, hlídá čas, vytváří atmosféru bezpečí a spolupráce, užívá osm profesionálních způsobů práce. Přispívá ke zkvalitňování terapeutovy práce a k jeho profesnímu růstu. Supervizor se může stát formální autoritou pro supervidovaného, ale také nemusí. Supervidovaný je expert sám na sebe a svůj profesní a osobní život. Je to ten, který je ukazatelem užitečnosti rozhovoru, určuje jeho průběh a formu.

Supervize může mít v systemickém kontextu rozličné formy – supervizor může stát v pozici nezúčastněného pozorovatele terapie, která probíhá mezi terapeutem (supervidovaným) a klientem. Poté proběhlou konzultaci komentuje. Nebo se může vstupovat do konzultace z meta-pozice a radit terapeutovi. Může také vstupovat do sezení z pozice meta-pracovníka a radit klientovi. Supervizor také může být ad hoc pracovníkem, tedy může vstupovat v průběhu sezení do role terapeuta. Může se stát terapeutem, který pracuje na společném tématu klienta a supervidovaného. Další možností je, že vstupuje do role terapeuta supervidovaného nebo do role terapeuta klienta a supervidovaný je pouze pozorovatel. Supervidovaný také vystupuje jako člen reflektujícího týmu (Úlehla, 1999).

Další formy, které lze využít jsou např. Bálintovské skupiny, fishnig pool²⁶, brainwritting (psaní nápadů na papír, který koluje, jedná se o druh brainstormingu) apod. Lze užít také supervizní rozbor videa. Může nabývat forem individuální i skupinové. Stanovení kritérií pro supervizora a výcviky v supervizi se odehrávají pod záštitou Českého institutu pro supervizi, který vychází z pravidel pro supervizi stanovených Supervision and Coaching Europe²⁷. Formální jednota však nebyla dosažena.

Níže uvedený model supervize ukazuje všechny složky, které jsou v supervizi obsaženy, včetně vyšších kontextů. Vztah klienta a supervizora však může být nikoliv pouze fantazijní, ale reálný. Stejně tak je přítomen reflektující tým či pozorovatelé.



Obr. 6 – Sedmioký model supervize (upraveno podle Hawkins, Shohet, 2004, s. 75)

Zajímavé je podívat se na znaky dobré supervize, které uvádí například Junková (2003) na základě svého výzkumu. Jedná se o univerzálně platné předpoklady napříč směry.

1. stanovení dobrého kontraktu
2. vytvoření dobrého vztahu mezi supervizorem a supervidovaným

²⁶ Technika využívající rozhovoru s jedincem sedícím uprostřed, střídavě se přidávají další účastníci z kruhu vnějšího a zase z něj odcházejí. Výhodou je jako u Bálintovské skupiny zapojení všech zúčastněných.

²⁷ Český institut pro supervizi viz <http://www.supervize.org/>, pravidla Supervision and Coaching in Europe viz <http://www.supervision-eas.org/index.asp?lang=en&cat=13>.

3. vytvoření bezpečného místa podpory a přijetí
4. podávání nových podnětů a informací
5. vědomá práce s etickými problémy a normami

Šimek (1995), stejně jako Hawkins a Shohet (2004) pak uvádí, jaké vlastnosti by měl mít dobrý supervizor. Z jejich výzkumů názorů terapeutů z různých terapeutických škol, vyplynulo, že vlastnosti jsou velmi blízko vlastnostem dobrého terapeuta, avšak jsou jinak užité. Na prvním místě jsou uváděny lidské kvality – měl by to být dobrý člověk, který je zralý, moudrý, pokorný, skromný, upřímný, vřelý, kongruentní v terapii a v životě. Mezi vlastnostmi je uváděna rozvinutá empatie, umění naslouchat, porozumění, tolerance včetně respektu k jiným psychoterapeutickým stylům, otevřenost, flexibilita, smysl pro humor. Zdůrazňován je také upřímný zájem pomoci a zvědavost, měl by umět podněcovat myšlení. Měl by být schopen pohledů z mnoha perspektiv. Dále pak schopnost sebereflexe a reflexe v situaci supervidovaného. Důraz je kladen na odbornou kompetenci – odborné znalosti skloubené s bohatou praxí. Uváděny jsou také pedagogické dovednosti. Zdůrazňován je také respekt k psychoterapeutickému stylu supervidovaného, jistota v teoretickém přístupu i klinické metodě. Dále také Hawkins, Shohet (2004) uvádí schopnost pracovat napříč kulturami, otevřenost k učení.

Co se týče znaků špatné supervize, Junková (2003) uvádí:

1. kritizování, ponižování, zahanbování
2. nevyváženost složek supervize – jen poučování nebo jen chválení
3. nedodržení hranice mezi supervizí a terapií
4. špatně vytvořený kontakt a vztah
5. nekompetentnost supervizora

Jako nevhodné vlastnosti supervizora Šimek (1995) uvádí narcismus, samolibost a sebestřednost, tendenci ovládat, dominovat, přílišnou ctižádostivost a nadřazenost. Odsuzováno je také elitářství, expertství, dogmatičnost, doktrinářství, rigidita a přebujelý důraz na techniku a teorii. Vyloučena je také indiskrétnost, agresivita, soupeřivost a direktivita. Stejně tak je nevítkováno přebírání odpovědnosti a rozhodování za terapeuta. Dále pak potřeba přehnaně měnit

lidi, víra v omnipotenci své osoby a terapie. Zmiňovány byly také rezervy v komunikativní schopnosti – mnohomluvnost a neschopnost vyjadřovat se jednoduše a srozumitelně. Dále pak je nežádoucí neschopnost udržet si hranice, včetně neschopnosti pracovat s časem. Stejně tak je problematický syndrom vyhoření a přílišné finanční nároky na supervidovaného.

Přehledné ztvárnění možné role supervizora poskytuje Hawkins, Shohet (2004):

Role	S čím přicházíme	Co očekáváme
Lékař	příznaky	diagnózu, léčbu
Duchovní	hříchy, zpověď	pokání, odpuštění
Učitel	nevědomost, otázky	vědomost, odpověď
Právník	nespravedlnost	zastání
Soudce	trestné činy	potrestání
Přítel	my sami	přijetí, naslouchání
Matka	trápení	útěcha
Automechanik	mechanické poruchy	technická oprava, servis

Tab. 10 - Role supervizora (Hawkins, Shohet, 2004, s. 54)

Je důležité reflektovat naše očekávání od supervizora s tím, co nám chce a může nabídnout tak, aby zlepšil naši schopnost pomáhat lidem. Ať již podle výše uvedené tabulky, tak i dle jiných schémat. Supervizi lze chápat jako celoživotní proces modelování a dotváření psychoterapeuta a jeho působení v této náročné profesi. Jedná se o nezbytnou součást profesního a osobního růstu terapeuta jako odborníka a člověka. Právě o utváření (stávání se) terapeutem pojednává další kapitola.

3.10 PROCES STÁVÁNÍ SE TERAPEUTEM V RÁMCI PROFESNÍ SOCIALIZACE

O stávání se a bytí terapeutem jsme pojednávali průběžně ve výše uvedených kapitolách zabývajících se hlavními systemickými tématy. V této kapitole, poslední v rámci teoretické části, zmíním aspekt procesu stávání se terapeutem explicitněji.

Je důležité si uvědomit rozdíl mezi již dosaženým stavem – „být psychoterapeut“ a procesem „stávat se psychoterapeutem“. Pokud bychom mluvili o „bytí“ terapeutem, jednalo by se o již dokončený stav. „Stávání se“ pak značí neustálý proces sebedefinice na základě pocitu

užitečnosti pro klienta. Terapeut usiluje o to být užitečný, estetický a etický směrem ke klientovi. Jak uvádí Pelcová (1995), v rámci systemiky je možno se po sebedefinici terapeuta ptát nekonečně, protože systemika je teorie, která zpochybňuje sama sebe. Podle Pelcové (1995) a Úlehly (1996) se terapeutem stáváme v rámci rozhovoru, jak již bylo uvedeno výše. Zajímavé je zamyslet se nad otázkou, zda je terapeut terapeutem v rámci rozhovoru nebo i mimo něj. (Podrazilová, 1994) Terapeut sebe sama definuje znovu a znovu před rozhovorem, v průběhu rozhovoru, po jeho ukončení i v rámci supervizního sezení.

Právě stávání se jako proces s vstupu do profese psychoterapeuta může být chápán jako případ obecného procesu **profesní socializace**. Profesní socializace pak může být pojímána jako součást socializačního procesu. Jak uvádí například Řezáč (1998) profesionalizaci chápe jako třetí fázi socializace, kdy dochází k osvojování a zaujetí profesní role, rozpoznání úlohy ve společnosti. Clouder (2003) profesní socializaci chápe na základě svého výzkumu začínajících sociálních pracovníků jako proces sociálního konstruování nové identity. Zdůrazňuje aspekt konformity a závazku k organizaci, stejně jako individuální aspekty profesionality.

Příprava na povolání je rozdílná od toho, co je potřeba v praxi vykonávat. Jak uvádí Štech (1994 b), je důležité se uvědomit, že v rámci profesní socializace dochází k rozporu kompetencí a kvalifikací. **Kvalifikace** – diplomy, univerzitní studium a z toho plynoucí poznatky, práva a povinnosti – jsou často stavěny nad kompetence – schopnosti realizovat danou profesi. **Kompetence** pak mohou vycházet pouze z praktické aplikace a zkušenosti a praktických postupů. Právě kompetence lze získávat nápodobou, interiorizací dovedností a postupů. Kvalifikace by pak neměly stát proti kompetenci, ale jdou ruku v ruce. Stejně tak Totton (1999) zdůrazňuje právě znalost konkrétní praxe (local knowledge) než expertní systém. Local knowledge podle něj nemůže být systematizovaná. Davis, Sumara, Luce. Kepler (2000) naopak soudí, že prostředí praxe je dobrým zdrojem učení se nového a zdokonalování se v profesi.

Stejně tak Kinsella (2001) je méně skeptická, uvádí, že cesta k osvojování a systematizování praktických postupů může vést přes reflexi vlastní praxe. Odkazuje se tak na koncept „**reflektujícího praktika**“ (the reflective practitioner) Donalda Schöna²⁸. Koncept reflektivní praxe je chápán jako cesta rozvoje praktika, která kloubí myšlení a konání (Kinsella,

²⁸ Blíže viz Schön, D. The reflective practitioner: How professionals think in action. New York: Basic Books, 1983.

2001). Zvyšuje vědomí sebe sama a své profesní činnosti tak, aby vedlo k zdokonalování konání v terapeutickém sezení a tím i k větší užitečnosti pro klienta.

Vzhledem k tomu, že reflektování je v systemickém kontextu chápáno jako stěžejní, uvádím deset bodů návodu pro reflektujícího praktika, které Kinsella (2001, s. 5) navrhuje:

1. Svoji praktickou zkušenost chápej jako cestu k učení.
2. Mysli na reflektování své praktické zkušenosti pravidelně.
3. Chápej jiné způsoby vědění (vědění z praxe) jako důležitý a legitimní zdroj pro svoji odbornost a profesní rozvoj.
4. Rozvíjej znalost sebe sama, znalost o politických, ekonomických a sociálních událostech. Zdokonaluj také svou praktickou znalost, stejně jako tradiční technické/vědecké poznatky.
5. Neustále reflektuj kontext svého klienta, kontext své praxe, kulturní kontext a systemický (a systémový) kontext, ve kterém pracuješ.
6. Kriticky reflektuj ideologické pozadí systému, ve kterém pracuješ a podnikej smysluplné akce k pozitivním změnám a vynalézání nových možností.
7. Reflektuj předpoklady, které si do praxe přinášíš.
8. Uvědomuj si a vyslovuj svoji teorii praxe, chápej ji jako dynamickou a vyvíjející se jednotku.
9. Velmi často srovnávej teorii, kterou obhajuješ, (co říkáš) s tím, jak teorii aplikuješ (co děláš).
10. Rozvíjej „praxi“ (praktikování): akci doprovázenou reflexí.

Pokud použijeme Štechovo (1994 b) schéma, které popisuje u učitelů, je psychoterapie zároveň umění, řemeslo, technologie i profese. Psychoterapie jako umění značí, že klíčovými kompetencemi jsou empatie, intuice, improvizace, které musí být v poměru s jinými složkami. Psychoterapie jako řemeslo značí, že se jedná o činnost, kterou je možné „odkukat“, je to soubor grifů a fint, a pak je už možné udržet si „fortel“. Psychoterapie také může být chápána jako technologie – pokud jsou dodržována pravidla, algoritmy, je činnost terapeuta kvalitní. Konečně může být psychoterapie chápána jako profese – činnost s vědeckou poznatkovou základnou s postupným na čas náročným vpravováním do profese.

Vstup do profese proto představuje náročnou životní situaci, a to nejen pro mladé absolventy škol, ale také pro lidi, kteří se rekvalifikují. Tato zátěžová situace je pak spojena s nejistotou, pochybnostmi, s omyly a chybami. Žádná škola a teoretická příprava, jak uvádí Šimoník (1995), nemůže připravit hotového odborníka. K dotváření profesionality tak dochází až se vstupem do praxe. Dochází často ke konfrontaci teorie a praxe, ideálů a skutečnosti. Člověk začínající v nové profesi také zjišťuje své osobní hranice schopností, vědomostí a dovedností. Dochází také ke konfrontaci se zaběhnutými zvyklostmi, s charakterem konkrétního pracoviště apod.

Pozice nastupujícího psychoterapeuta je ztížená tím, že se učí „na klientech“, tedy, že výkon své profese začíná od počátku „naplno“ s klienty, kterým se snaží pomáhat. Podstatné je, aby se začínající psychoterapeut neostýchal obracet se na zkušenější kolegy a supervizory. Důležité je také pěstovat schopnost sebereflexe. Stejně tak je třeba zohlednit rozlišení „být psychoterapeutem“ a „být dobrým psychoterapeutem“. Tento aspekt zdůrazňuje s ohledem na učitelskou profesi např. Vašutová (2002).

Dobrý terapeut by podle mého názoru měl mít víru v sebe sama a úspěšnost svého přístupu, avšak zároveň také skromnost a pokoru. Měl by přijmout fakt, že není všemocný, přiznat si, že může dělat chyby, a tím pádem být otevřený supervizi. Měl by se učit z minulého vývoje, stejně jako by měl předvídat další vývoj. Mnoho terapeutických směrů překonalo svoji počáteční rigiditu a přijalo integrující, otevřený postoj k ostatním směrům. Terapeut by sám měl tento trend následovat tak, aby integroval nové myšlenky z rychle se vyvíjejícího oboru psychoterapie. V empirické části bude toto téma dále diskutováno.

Níže uvedený citát považuji za velmi výstižný a podporující kompetence začínajícího terapeuta, proto jej níže uvádím v plném znění a uzavírám jím teoretickou část.

„Pro všechny mladé i staré psy, které učím a kteří se učí být psychology, psychoterapeuty, či pomáhajícími pracovníky jiných profesí, se mi chce říci nahlas: nenechte si ubližovat. Nevěřím, že pomoc má bolet. Nevěřte nikomu, kdo říká, co je pro vás dobré, jestliže sami cítíte, jak vás to bolí. Troufňte si věřit sami sobě. Stejně jako vaši klienti jste kompetentní a nejlépe schopní rozhodnout, co je pro vás dobré. Žádné ubližování, pod žádnou ušlechtilou záminkou, není cestou k tomu, aby z vás byl lepší psycholog. Maximum, co z toho lze vytěžit, je závěr: tohle já nikomu dělat nebudu. A to je málo. Nemusí to být tak, že učení bolí a stromek je třeba ohýbat, dokud je mladý. Jestliže chcete být užitečnými psychology, sami nejlépe víte, co k tomu potřebujete, sami nejlépe dokážete najít ty, od nichž vám stojí za to se učit, s

kterými chcete pracovat, i ty, kdo vám pomohou získat nadhled při vašich profesionálních těžkostech. Nemusíte přijmout systemický přístup za svůj, abyste měli zkušenost, že když se člověk spálí, dozví se, co nemá dělat, ale nijak mu to neodpovídá na otázku, co dělat má. Až budete zase hledat odpověď na tuto otázku, nenechte si ubližovat.“ (Úlehla, 1996 a, s. 2)

4 EMPIRICKÁ ČÁST

„Věda... je metoda pokládání nemotorných otázek a jejich vystavování zkoušce v realitě, což potlačuje lidskou tendenci věřit všemu, co v nás vyvolává dobrý pocit.“ (Pratchett, Stewart, Cohen, Věda na Zeměploše, 2005, s. 112)

V rámci systemického přístupu je kladen důraz na jedinečnost pohledů lidí na svět a neexistence objektivní reality. Tento postoj se v podstatě vylučuje se snahou dělat výzkum, který by zjistil, „jak věci jsou“. Nechává však prostor pro popis toho, jak rozliční lidé svůj svět vnímají – prostor pro kvalitativní výzkum. Tento typ výzkumu ponechává možnost dívat se perspektivou druhých lidí, na chvíli si uvědomit způsob, jak si věci vysvětlují. Umožňuje více porozumět věcem, nikoliv je vědět. Pomáhá také lépe postihnout vliv výzkumníka na osoby, které zkoumá. Výzkumník se výzkumu sám účastní a má s jeho účastníky osobní vztah, což je pro níže zkoumané téma výzkumu podstatné. Poskytuje možnosti nelineárních interpretací, mnohosti výkladů světa a zasazuje jej do kontextu, na kterém závisí (Miovský, 2006). Realitu, stejně jako systemická teorie, chápe jako konstrukt lidí. Stejně tak sdílí postoj o nemožnosti rozlišení příčin a následků. Má práce se proto vydá směrem **kvalitativního výzkumu**, který se více hodí pro systemický kontext.

V následujících kapitolách se tak budu snažit blíže proniknout k fenoménu stávání se terapeutem, což je téma dosud málo probádané. Pokusím se jej popsat tak, aby vyplynuly nejen společné, ale také jedinečné aspekty každého začínajícího terapeuta. Budu usilovat o proniknutí do výseku životní cesty a porozumění životní kapitole začínajících terapeutů s vědomím, že můj popis bude taktéž popisem ovlivněným mnou, mým pohledem na svět, mou pozicí pozorovatele.

Nejprve blíže formuluji výzkumný problém, poté stanovím otázky a okruhy, které představují moje předpoklady o zkoumaném tématu. Poté se zmíním o typu a uspořádání svého výzkumu a odůvodním svou volbu metody. Posléze charakterizuji výzkumné podmínky a zkoumaný soubor. Dále nastíním pracovní postup a způsob zpracování výsledků. Nakonec uvedu svá zjištění a popisy a jejich interpretace a poté je kriticky orámuji diskuzí.

4.1 FORMULACE VÝZKUMNÉHO PROBLÉMU

Téma stávání se terapeutem a hledání profesní identity, identifikace s profesí terapeuta je mi osobně blízké. V rámci výcvikové skupiny, které se účastním, jsem navíc upozorovala, že i ostatní frekventanti o tomto tématu přemítají, žijí v něm, trpí jím i radují se z něj. Proto jsem se rozhodla svou diplomovou práci orientovat právě na něj. Jedná se tedy o výzkumný problém vyplývající z mé vlastní zkušenosti a zároveň z odborné literatury, kde je téma stávání se terapeutem často diskutováno.

Na co se tedy můj výzkum soustřeďuje? Snaží se odpovědět na otázku „**Jakým způsobem frekventanti systemického výcviku ISZ vnímají proces stávání se psychoterapeutem?**“ Cílem mého výzkumu je zmapovat jedinečné i obecné rysy procesu stávání se terapeutem – procesu, ve kterém níže vyčleňuji jednotlivé předpokládané okruhy otázek. Můj typ výzkumné otázky je orientován na dění a průběh procesu stávání se terapeutem, což odpovídá parametrům výzkumného problému v kvalitativním výzkumu, jak je uvádí Strauss, Corbinová (1999). Níže si položím podrobnější otázky a okruhy, kterým se bude výzkum věnovat.

4.2 PŘEDPOKLADY KE ZKOUMANÉMU TÉMATU – STANOVENÍ OTÁZEK, OKRUHŮ

Vzhledem ke kvalitativní povaze výzkumu si na tomto místě nestanovuji hypotézy, ale spíše předpoklady či okruhy, na které se soustředím. Jak uvádí Hendl (2005), je vhodné si v rámci kvalitativního výzkumu stanovit více výzkumných otázek a popřípadě podrobnějších podotázek, ze kterých poté vycházet při výzkumu a při tvorbě výzkumné metody. K tomuto členění jsem přistoupila proto, že můj předmět zkoumání – stávání se terapeutem – je velmi široký, a proto není možné proniknout ke všem aspektům tohoto pestrého procesu. Díky tomu není možné proniknout ke všem aspektům tohoto pestrého procesu.

Design mého výzkumu se snaží o rovnováhu mezi dvěma pozicemi – stanovením otázek a okruhů dopředu před výzkumem a vynořením kategorií a výzkumných vztahů až po provedení výzkumu. Dané otázky či okruhy, které si níže stanovuji, proto chápu pouze jako vodítka pro vytváření struktury výzkumného projektu a inspiraci pro pořizování vzorku, stejně jako později i pro interpretaci dat. Vzhledem k tomu, že si je stanovuji před samotným výzkumem, mohou, ale nemusí se ve výsledcích výzkumu, založených na základě získaných dat, objevit. Otázky tak ponechávám svým způsobem otevřené a připouštím jejich reformulaci podle toho, k jakým

závěrům dospěji z dat a jaké kategorie se objeví. Metaforicky vyjádřeno se jedná o mapu, kterou jsem si vytvořila, která mě může při analýze dat vést, ale také mohu zjistit, že se pro dané území nehodí a mohu si tak úseky překreslit či vytvořit mapu novou.

Níže uvedené předpoklady a okruhy jsou jednak zakotvené v mé vlastní osobní i profesní zkušenosti se zkoumaným tématem, jednak vyplývají ze studia literatury. Oba tyto zdroje – zkušenost i studium literatury jsou dle Strausse a Corbinové (1999) důležitými **zdroji teoretické citlivosti**.

I. okruh – zdroje pocitu terapeutické kompetence
„Co/kdo při procesu stávání se terapeutem pomáhá?“ Např. vzdělávání, výcvik, praxe, supervize, spokojenost klientů, kolegů, z toho plynoucí zdroje energie do práce, „zdroje síly“
II. okruh – zdroje pocitu terapeutické nekompetence
„Co/kdo při procesu stávání se terapeutem nepomáhá?“ Např. nespokojenost klientů, fluktuace klientů, supervize, strach z chyby, spory s terapeuticky odlišně orientovanými kolegy, kontext pracoviště
III. okruh – témata, která mohou spadat do obou výše uvedených okruhů:
<ul style="list-style-type: none"> • sebedůvěra („Mám na to?“) • momenty osobní životní historie (co jsem zvládl, co byly krizové momenty) – témata, jednání, zápletky • etické otázky (nepřesáhnout limity, osobní angažovanost, „mám na to právo?“) • otázky osobních hodnot a přesvědčení (např. terapeut má konat dobro) • pocity odpovědnosti za klienty, míra odpovědnosti (např. obava ze suicida klienta)
IV. okruh – osobní konstrukt (obraz) „dobrého“ a „špatného“ terapeuta, vzor
„Jak si představuji dobrého vs. špatného terapeuta?“
V. okruh - subjektivní význam procesu stávání se terapeutem
„Jakou metaforu použiji pro stávání se terapeutem?“ Např. metafora procesu stávání se terapeutem jako „boje“, „výzvy“, „problému“, „starosti“, „komedie“ apod.

VI. okruh – počátek a cíl procesu stávání se terapeutem
„Kde jsem nyní a kde chci být (ambice, které chci naplnit)?“

Tab. 11. – Předpoklady a výzkumné okruhy (N.N.)

Otázky lze také chápat jako domněnky, kterými jsem vybavena. Ještě než se budu věnovat popisu sestavení výzkumné metody, uvedu trefný citát o domněnkách a výchozích předpokladech ve vědě. Citát ilustruje to, že závěry mohou být scestné, pokud vycházíme z jediného chybného předpokladu.

„...dávejte si pozor, jakými domněnkami jste vybaveni (...) Vezměme kupříkladu toho klokana. Můžete zjistit, kolik energie spotřebuje klokan na skok, spočítat, kolikrát skočí za jeden den, a odvodit minimální denní energetickou spotřebu. Během skoku klokan opustí zem, vyskočí a spadne zpátky, takže je to stejný výpočet jako pro vesmírnou raketu. Všechno sečteme, zjistíme, že denní energetický přísun klokana by měl být desetkrát větší než cokoliv, co dostane ze stravy. Závěr: klokani nemohou skákat. Protože nemohou skákat, nemohou ani hledat stravu, takže jsou všichni mrtví.“ (Pratchett, Stewart, Cohen, Věda na Zeměploše, 2005, s. 47)

4.3 ROZHOVOR JAKO SETKÁNÍ A VÝZKUMNÁ METODA, ANKETA

Kvalitativní přístup jsem zvolila proto, že se shoduje s typem tématu, které zkoumám. Stávání se terapeutem je životní zkušenost, která se vyvíjí. Proniknutí k tomuto jevu kvalitativními metodami respektuje aktivní utváření světa lidmi, proměnlivost a složitost života. Podporuje také kreativitu. Staví výzkumníka do pozice experta na vedení rozhovoru, nikoliv na život zkoumaného. Zkoumaný pak jako expert zasvěcuje do svého vidění světa, prožívání věcí. Stejně tak, jak upozorňuje Hendl (2005) a Miovský (2006), umožňuje osobní blízkost a zasahování výzkumníka do procesu výzkumu. Můj postoj ke kvalitativnímu výzkumu se nachází mezi snahou o věrohodný popis zkoumaného fenoménu a vytváření teorie ve smyslu Strausse a Corbinové (1999).

Při volbě výzkumných metod jsem se zaměřila na již existující diplomové práce, které vycházejí ze zkušenosti výcvikových skupin (např. Váchová, 2003). Stejně tak jsem se zaměřila na výzkumy obdobného tématu jinými autory (Hučín, 2001, Chenail, 1996, Úlehla, 1998, MacCormack, 2001, Richardson, Lindquist, Engardt, 2002, Scalon, Taille, 1994, Pitkala, Mantyranta, 2003, McCullough, 2005, Comas-Díaz, 2005, Mahrer, 2005, Lowe, 2005, Kinsella, 2001, Paris, Linville, Rossen, 2006, Chalupová, 2002, Wong-Wylie, 2006, Šupková, 2004, Wong-Wylie, 2006). Snažila jsem se však, abych nebyla zbytečně do literatury ponořena a ta by

pak „dusila a omezovala“ mé tvořivé úsilí, jak upozorňuje Strauss, Corbinová (1999). V oblasti výzkumu osvojování si profesní role či prožitků prvního roku praxe je nejužívanější metodou rozhovor nebo dotazník. Vzhledem ke kvalitativní orientaci mého výzkumu a také vzhledem k tomu, že je polostrukturovaný rozhovor nejčastější a nejvhodnější (Miovský, 2006) metodou, jsem se přiklonila právě k rozhovoru.

Jako výzkumnou metodu jsem tedy zvolila **polostrukturovaný rozhovor** s užitím techniky škálování a prvky narativního přístupu. Dále jsem užila malého **anketního průzkumu** v rámci jednoho z výcvikových setkání ohledně vlastností terapeuta. Jako inspirace vodítko při tvorbě struktury rozhovoru mi sloužily výše uvedené okruhy a prostudovaná literatura. Při konstrukci struktury rozhovoru jsem se též usilovala o to, abych se co nejvíce vyvarovala chyb uváděných v odborné literatuře (viz např. Disman, 2002, Kerlinger, 1972, Maršálová, Mikšík, 1990, Ferjenčík, 2000, McCotter, 2001 aj.). Čerpala jsem rovněž z předností i nedostatků vlastních předchozích výzkumných prací (Novotná, 2005).

Volba rozhovoru, stejně jako kterékoliv jiné metody, s sebou nese svá pro a proti. Může dojít k stylizaci sociálně žádoucím způsobem, neporozumění či míjení se. Snažila jsem se proto doptávat a ujasňovat pojmy a jejich významy, užívala jsem často shrnutí a ujištění o správném pochopení. Právě pružná struktura rozhovoru mému výzkumnému závěru vyhovovala a umožňovala postihnout větší šíře prožitků, popisu názorů a zkušeností dotazovaných.

Jak uvádí např. Bowen (2005), je výhodou strukturování rozhovoru snadnější zpracování a analyzování dat než u rozhovoru nestrukturovaného. Strukturování také činí rozhovor srozumitelnější pro účastníka rozhovoru a posléze pro čtenáře výsledků výzkumu. Jak jsem výše uvedla v rámci teoretické části, rozhovor je základním terapeutickým prostorem, stejně tak představuje možnost setkání dvou lidí a jejich dvou světů. Umožňuje tak vzájemně sdílet a odhalit zkušenosti s určitým jevem či procesem.

Polostrukturovaný rozhovor dle Miovského (2006) představuje téměř ideální výzkumný nástroj, který kombinuje výhody nestrukturovaného a plně strukturovaného rozhovoru. Kloubí tak možnost nenucené konverzace mezi otázkami, což může dotazovaného motivovat v částech, kde je třeba více soustředění. Dochází tak k získání relevantních dat bez zbytečného tříštění a zároveň není nutné tolik klást důraz na jednotnost projevu výzkumníka. Zdůrazňován je tak spíše přirozený autentický projev tazatele (oblečení, ve kterém se cítí dobře, i když je

extravagantní, přirozená mluva). Polostrukturovaný rozhovor tak tvoří neformálnější atmosféru, ve které se dotazovaní více otevrou při odpovědích (Miovský, 2006).

Nejdříve jsem si po studiu odborné literatury a výzkumů na toto téma snažila položit otázky, na které bych ráda dostala odpověď. Poté jsem otázky kategorizovala dle toho, co mají společné, dle toho, co se po jejich zodpovězení dozvím. Pokoušela jsem se zejména o užití otázek otevřených, aby dávaly prostor dotazovaným k vyjádření postojů, pocitů apod. Zvažovala jsem pořadí otázek zejména vzhledem k možnému ovlivnění následujících otázek dotazy předchozími. Formulaci otázek jsem volila také s ohledem na to, jak bude řazení otázek odpovídat myšlenkovému proudu dotazovaných. Snažila jsem se okruhy a otázky formulovat tak, aby bylo možné sledovat mé myšlení, jinými slovy, aby byla zřejmá logika, jak se okruhy odvíjí. Strukturu jsem pružně v průběhu rozhovoru měnila vzhledem k tomu, že některá témata zmiňovali dotazovaní již dříve, než jsem se na ně zeptala. O pracovním postupu výzkumu pojednám níže.

Volila jsem srozumitelný jazyk, který je blízký systemickému prostředí. Struktura dotazování a způsob uvažování se přibližovaly stylu terapeutického sezení. Systemický jazyk a známá struktura pak představovaly důležitou součást pocitu bezpečí a jistoty dotazovaných. Snažila jsem se i o zpestření struktury rozhovoru použitím metafor a měřících otázek. Obojí jsou metody taktéž užívané v rámci systemického přístupu, a tudíž dotazovaným důvěrně známé. Snažila jsem se, aby byly otázky co nejméně sugestivní, málo sycené sociální žádoucností, neptaly se na více věcí najednou a dávaly zároveň prostor různým odpovědím a různým pohledům. Otázky jsem tvořila co nejméně nepříjemné a znepokojující.

Strukturu rozhovoru jsem konzultovala s kolegy z výcviku, které jsem pak do vzorku dotazovaných nezahrnula. Také jsem strukturu konzultovala s vedoucí práce PhDr. Ivou Štětovskou a dále pak v rámci diplomového semináře s PhDr. Hrachovinovou, CSc. a kolegy z ročníku. Ověřila jsem si tak srozumitelnost a změnila jsem nejasné formulace. Došlo k protřídění otázek. Také jsem si více ujasnila, **za jakým účelem** otázky pokládám a jaké odpovědi čekám. Umožnilo mi to též si lépe utříbit, jaké budou mít okruhy otázek pořadí vzhledem k obsahu a jak se budou dané okruhy vyvíjet.

Výsledná struktura rozhovoru, která je uvedena v příloze 2, obsahuje pět částí. První zachycuje údaje **faktografické** (pohlaví, věk) a **biografické** (o vzdělání a jeho pořadí). Dále pak obsahuje informaci o délce a typu praxe, úrovni výcviku v rámci ISZ. Postihuje taktéž zachycení

posloupnosti výcviků jiných, které jsou podle daného respondenta pro terapeutickou práci podstatné. Tento okruh také slouží k navození kontaktu, seznámení se s dotazovaným, pokud k němu nedošlo již dříve. Navozuje svoji strukturou výzkumnou situaci, odlišuje tak rozhovor od terapie.

Druhá část pak představuje zachycení na škále minulé a nyní 0-10 míru toho, jak se daný jedinec cítí být terapeutem. Mapuje také zdroje toho, co nebo kdo pomohlo na škále posunout se blíže k cíli. Stejně tak se věnuje tomu, kam dotazovaný směřuje a jaké kroky bude muset provést k přiblížení k cíli. Model škály byl užitý proto, že je účastníkům systemického výzkumu blízký zejména jako terapeutická technika. Jedná se tedy pro dotazované o pochopitelný a téměř „vlastní“ jazyk. Tento okruh se zaměřuje na zhodnocení **přítomného stavu** a také aspekty **budoucího směřování n terapeutické cestě**. Zahrnuje tedy předpokládaný okruh I zdroje kompetence a II – zdroje nekompetence, stejně jako okruh III – nastíněná témata, která spadají do obou kategorií. Zachycuje také okruh VI – počátek a cíl směřování.

Třetí část pak mapuje **osobní koncept terapeuta** – zaměřuje se na to, v čem spočívá jádro terapeutické práce, zaměřuje se na vrozenost či možnost osvojení daného umění. Soustředí se také na optimální věk, kvalifikaci a vlastnosti, které dotazovaní dobrému terapeutovi připisují či naopak považují za nevhodné. Dále se táže na osobní vzor pro dotazovaného, ke kterému by se chtěl přiblížit. Přispívá tedy k objasnění okruhu IV – osobní konstrukt dobrého a špatného terapeuta. K doplnění mozaiky osobního konstrukt terapeuta sloužilo **anketní šetření**, které jsem užila v rámci jednoho výcvikového setkání. Obsahovalo dvě otázky

1. Jaké vlastnosti by měl mít dobrý terapeut?
2. Jaké vlastnosti by měl mít terapeut, kterému byste chtěli svěřit svůj problém?

Předposlední část rozhovoru se věnuje **zarámování procesu stávání se terapeutem** formou narativního metaforického znázornění ve formě knihy. Zaměřuje se také na žánr, který by knihu charakterizoval – tedy na připisované charakteristiky tohoto procesu. Věnuje se také možnému členění na etapy (podkapitoly). Zachycuje okruh V – subjektivní hodnocení procesu terapeutem. Představuje tak nadhled – širší kontext procesu. Metafora knihy jako procesu stávání se terapeutem vychází z mé vlastní sebezkušenosti, kdy jsem podobnou knihu sama pro sebe zformulovala a vystihla v ní podstatné body jako zdroje své jistoty v terapeutickém konání.

Představoval tak osobního průvodce po systemické terapii. Za podobného průvodce lze považovat i průvodce vytvořený na základě této diplomové práce²⁹. Poslední část rozhovoru nechává **prostor k vyřčení** toho, co ještě připadá dotazovaným podstatné k tématu a nebylo zmíněno. Také umožňuje ujasnění a dozvuky myšlenek, které v průběhu rozhovoru plynuly.

Výše uvedená struktura byla proměnlivá, vyvíjela se a košatěla vzhledem k jednotlivým dotazovaným. Jak uvádí Miovský (2006) je to jedna z největších výhod tohoto typu rozhovoru, kdy je stanoveno nutné jádro a posléze další doplňující otázky. Právě ony často přinesou nejcennější informace. O tom, kdo mezi dotazované patřil, tedy, jaké bylo složení zkoumaného souboru, pojedná níže uvedená kapitola.

4.4 CHARAKTERISTIKA A PŘEDSTAVENÍ ZKOUMANÉHO SOUBORU

Ještě než přejdu k specifikování vzorku, ráda bych nejdříve zmínila, že užívám promiskue termín „dotazovaná osoba“, „účastník“ „dotazovaný“ „respondent“, „zkoumaná osoba“, apod. Význam těchto slov dle mého názoru respektuje expertnost pozice člověka, který je účastníkem výzkumu, účastníkem rozhovoru. Nechává mu tak pozici odborníka, který výzkumníka informuje o svém pohledu na dané oblasti.

Vzhledem k tomu, že je můj výzkum orientován kvalitativně, je vzorek tvořen spíše s důrazem na studované téma, tedy na to, jak otázky výzkumného tématu nejvíce informačně „zasytí“, saturuje. Dotazovaní byli vybráni pomocí **prostého záměrného výběru** dle stanoveného kritéria, kterým byla úroveň výcviku. Další parametry, ve kterých se účastníci výzkumu lišili – věk, pohlaví, vzdělání, fáze výcviku, délka praxe, jiné absolvované výcviky nehrály roli jako kritérium výběru³⁰. Zároveň si mohli oslovení vybrat, zda se účastnit či ne podle toho, zda byli ochotni věnovat čas a zamyslet se nad danými tématy rozhovoru. Jednalo se tedy o pasivní souhlas, tedy souhlas, který nebyl písemný (Hendl, 2005). V rámci ostatních výcvikových skupin než skupiny, kterou navštěvuji, byl výběr prováděn **technikou sněhové koule** – postupného nabalování dalších a dalších dotazovaných na základě doporučení kolegů.

Jak jsem již uvedla, vzorek pochází z výcviku ISZ zejména proto, že s tématem přerodu frekventanta v terapeuta pracuje zjevně a vymezeně, jedná se o téma probírané na výcvikových

²⁹ Viz příloha 8.

³⁰ Tyto charakteristiky jsou uvedeny v tabulce podrobnějšího popisu charakteristik dotazovaných.

setkáních. Dalším důvodem, také výše uváděným, je to, že systemický kontext je kontext autorce dobře známý, sama je frekventantkou systemického výcviku. Blízkost a mnohdy osobní vztah k dotazovaným nevidím jako překážku, naopak jej chápu v rámci kvalitativního výzkumu jako výhodu, protože umožní větší otevřenost dotazovaných a hlubší proniknutí do osobních témat. Vztah mezi mnou coby výzkumníkem tak měl dialogický kooperativně-partnerský charakter, ve kterém se vzájemně sdílejí prožitky a příběhy a respektuje se jedinečnost (Miovský, 2006). Stejně tak je výhodné, že jsem mohla lépe do prostředí celkového, kontextu a jazykových zvyklostí díky znalosti zapadnout a snáz tak do něj proniknout.

Vzorek tvoří **19 respondentů** z výcviku Umění terapie (UT) v rámci ISZ. Výcvik je koncipován jako pětiletý, obsahuje 150 hodin teorie, 350 hodin sebezkušenosti, 150 hodin supervize a 100 hodin samostatné přípravy ve skupinách dle regionů (tzv. regionální skupiny – „regionálky“ – viz příloha 3). Dotazovaní jsou děleni dle úrovně výcviku – počátek, polovina, za polovinou, konec výcviku. Uvědomuji si, že výcviková skupina slouží jako vnější rámec výběru, předpokládám, že fáze v procesu stávání se terapeutem může být více ovlivněna jinými faktory (životní i profesní zkušenosti, věk apod.). Z každé úrovně výcviku byli vybráni tři dotazovaní, z autorčiny skupiny pak 10 dotazovaných, složení kopírovalo přirozenou skladbu skupiny. Níže uvedená tabulka charakterizuje složení vzorku. Letopočet u UT značí začátek výcviku např. UT 06 – začátek výcviku 2006.

Fáze výcviku	ženy	muži	celkem
Počátek výcviku (po prvním setkání) UT 06	2	1	3
Polovina výcviku UT 05 (výcviková skupina autorky)	6	4	10
Za polovinou výcviku UT 04	2	1	3
Konec výcviku UT 03	3	0	3
Celkem	13	6	19

Tab. 12. – Složení výzkumného vzorku

Podrobnější charakteristiky na základě faktografických údajů jsou uvedeny v následující tabulce. Jména jsou uvedena ve tvaru, v jakém je používali dotazovaní. Údaje jsou uváděny tak, aby byly co nejméně specifické a zachovaly tak anonymitu účastníků výcviku. S prezentováním dat ústně souhlasili. Níže v tabulce zachovávám a respektuji způsob, kterým o praxi mluvili sami

účastníci výzkumu, tj. zda pod praxi zahrnuli i praxi jinou než terapeutickou nebo zda danou praxi za terapeutickou považovali. Délku terapeutické praxe jsem posléze specifikovala dotazem, pokud ji již dříve neuvedli sami. Pořadí v jednotlivých výcvikových skupinách je dle pořadí, v jakém jsem dělala rozhovory. Zkratky za jménem značí zkratku, kterou používám dále v textu místo jména.

Tab. 13. – Podrobná charakteristika dotazovaných z výzkumného vzorku

Fáze výcviku				
UT 06	Věk	Vzdělání	Délka a typ praxe	Současné povolání
Tereza (T)	25	Gymnázium, psychologie (5. ročník)	5 let – telefonická krizová intervence (linka bezpečí), terapeutická 0 let	konzultantka telefonické linky bezpečí
Zbyněk (Z)	29	psychosociální studia (Mgr.)	$\frac{3}{4}$ roku v diagnostickém ústavu pro chlapce, 1 rok asistent autistů = terapeutická praxe	vychovatel v středisku výchovné péče
Hanka (Hk)	26	Psychologie- speciální pedagogika (Mgr.), nyní v PhD programu téhož oboru	1 rok – školní psycholog = terapeutická praxe	školní psycholožka na gymnáziu

část 1

UT 05	Věk	Vzdělání	Délka a typ praxe	Současné povolání
Dan (Dan)	26	Pedagogicko psychologické poradenství (obor pedagogika) (Mgr.), herectví (konzervatoř)	3 roky, školitel vlastní soukromé firmy, lektor, individuální terapie tamtéž, dětská nemocnice =	psychoterapeut v dětské nemocnici, školitel a lektor v rámci vlastní soukromé školitelské firmy

			terapeutická praxe	
Katka (K)	29	Psychologie (Mgr.), nyní v atestační přípravě klinická psychologie	1 rok práce s klienty v psychiatrické léčebně = terapeutická praxe	Psychoterapeuta v soukromé společnosti, konzultantka rekvalifikačních kurzů
Pavla (Pa)	31	Střední ekonomická škola	2 roky, dobrovolnická činnost ve středisku křesťanské pomoci = terapeutická praxe, administrativní práce	Terapeutka, administrativní pracovnice
Petr (P)	30	Psychologie (Mgr.)	5 let práce s klienty = terapeutická praxe, práce s drogově závislými, psychoterapie, koučování	Kouč, školitel, psychoterapeut
Kája (Kj)	38	Gymnázium, andragogika (3. ročník), arteterapie (tříleté – celoživotní vzdělání)	Arteterapeutická praxe 4 roky, psychoterapeutická 2 roky	Psychoterapeutka v soukromé společnosti, arteterapeutka, školitelka
Bára (B)	29	Fyzioterapie (Dipl. fyzioterapeut), arteterapie (tříleté, celoživotní vzdělání)	5 let fyzioterapie, 2 roky programy v mateřském centru, 1 rok psychoterapeutická	Fyzioterapeutka, psychoterapeutka v soukromě společnosti

			praxe	
Tomáš (Tom)	28	Psychologie (Mgr.)	1 rok terapeutická praxe	Psychoterapeut, konzultant, kouč
Kateřina (Kř)	45	Všeobecné lékařství (MUDr.)	21 lékařská praxe, 7 let psychoterapeutická	Internistka, psychoterapeutka
Zuzka (Zu)	25	Psychologie (Mgr.), nyní v atestační přípravě klinická psychologie	3 a ½ roku v praxi, 2 roky v terapeutické praxi	Psycholog v psychiatrické léčebně
Vrát'a (Vr)	50	Vědecká výchova v oboru psychologie (Mgr.), aplikovaná sociální psychologie (PhD.), hudební fakulta	10 let VŠ učitel psychologie, 16 let vedení výcvikových kurzů, 2 roky psychoterapeutická praxe	Psycholog, poradce, psychoterapeut, školitel, kouč

část 2

UT 04	Věk	Vzdělání	Délka a typ praxe	Současné povolání
Emilka (E)	23	Gymnázium, psychologie-speciální pedagogika (3. ročník)	9 let v pomáhající profesi (od 14 let), 2 a ½ roku v terapeutické praxi ve středisku křesťanské pomoci	Psycholožka a psychoterapeutka ve středisku křesťanské pomoci
David (D)	27	Psychologie (Mgr.)	½ rok na lince důvěry, 5 měsíců terapeutická práce	Konzultant, kouč v personální agentuře, psychoterapeut
Martina (M)	28	Pedagogika (Mgr.), nyní stejný obor PhD.	6 let v praxi pomáhající profese (práce se zrakově	Školitelka a lektorka ve vlastní firmě, psychoterapeutka

			postiženými), 4 roky terapeutická práce	
--	--	--	--	--

část 3

UT 03	Věk	Vzdělání	Délka a typ praxe	Současné povolání
Vladka (V)	43	Matematicko-fyzikální fakulta (Mgr.), Psychologie (4. ročník)	3 roky psychoterapeutická praxe	Terapeutka, poradna pro rodinu a soukromá praxe
Hana (H)	25	Gymnázium, psychologie-speciální pedagogika (5. ročník)	6 let praxe jako nízkoprahový pracovník v zařízení pro uživatele drog, 4 roky psychoterapeutka tamtéž, nyní nová soukromá praxe	Psychoterapeuta v nízkoprahovém zařízení a v soukromé praxi
Petra (Pe)	29	Sociálně právní akademie (Dis.), Psychologie-speciální pedagogika (PhDr.)	2 roky křesťanská pedagogicko-psychologická poradna, 6 let práce v poradně v centru pro rodinu, z toho 4 roky v terapeutické praxi	Psychoterapeut a poradce v poradně pro rodinu

část 4

V rámci anketního šetření pak tvořilo soubor 17 respondentů, 10 žen a 7 mužů, kteří byli účastni na daném výcvikovém víkendu. Ve skupině respondentů jsou i oba lektori výcviku.

4.5 PRACOVNÍ POSTUP A JEHO ORGANIZACE

Z pohledu role mezi cizincem a přítelem („between stranger and friend“, Kučera, 1992) jsem se snažila za pomoci výše uvedených dotazovaných, zmapovat konkrétní podoby, kterých proces stávání se terapeutem nabývá. Rozhovory probíhali v prosinci 2006 až březnu 2007.

Snažila jsem se v rámci výzkumného postupu co nejvíce zachovávat etická pravidla, ochraňovat účastníky výzkumu před nepříjemnými dopady z výzkumu (viz dále), zachovávat co nejvíce jejich anonymitu. Před počátkem dotazování vždy předcházela neformální rozhovor, který naladil účastníka k dotazování. Poté jsem vždy uvedla **informaci o struktuře a přibližné délce trvání** rozhovoru – 30-60 minut. Informace o struktuře, která bud následovat sloužila k tomu, aby byla situace pro dotazované čitelnější a redukoval se v nich pocit nepohody a úzkosti. Někteří dotazovaní věděli o výzkumu od svých kolegů, a tak byli připraveni na to, co je čeká. Tyto „**tamtamy**“ pak fungovaly v pozitivním slova smyslu, odbouraly nejistotu a díky pozitivním referencím posílily důvěru. Stručně jsme také vymezila účel rozhovoru, mnohdy se k tomuto tématu vrátili sami účastníci. Nechala jsem též prostor pro dotazy ohledně průběhu a účelu rozhovoru.

Poté jsem se snažila na účastníka vyladit, zvyknout si na styl komunikace a „připojit se“. V rámci rozhovorů došlo k tomu, že jsem si se všemi dotazovanými **tykala**. Ať již to bylo navrženo jimi nebo mnou. Bylo to tak snazší pro komunikaci a vedlo jistě k větší otevřenosti respondentů. Většinou také díky věkové blízkosti nebo znalosti z výcvikové skupiny bylo tykání přirozené. Otázky, které jsem ve struktuře formulovala jako vykání, jsem převedla do tykání. Chovat ke všem dotazovaným jsem se snažila stejně, avšak, jak uvádí Miovský (2006), je přirozené a pro dotazované více čitelné, chování, které není nacvičené. **Místo výzkumu** si určovali dotazovaní. Jednalo se buď o jejich pracoviště, o kavárnu či hospůdku, ve dvou případech i prostor domova. Předpokládám tedy, že si vybrali místo, kde se oni sami cítí bezpečně, a kde mohou reflektovat tento velmi osobní a citlivý proces. Jak uvádí Miovský (2006), právě osobní charakter prostředí podněcuje otevřenost dotazovaných. Stejně tak denní dobu jsem nechala na dotazovaných, tak, aby si vybrali pro ně nejpříjemnější.

Rozhovory jsem nahrávala na diktafon, o čemž jsem samozřejmě dotazované předem informovala. Sami jsou zvyklí na natáčení videí ze sezení s klienty, takže jim to nečinilo obtíž. V průběhu jsem si také zapisovala do zápisového archu a kontrolovala své schéma rozhovoru z „taháku“, tedy přiloženého papíru, abych něco ve struktuře neopomenula. Snažila jsem se, aby záznam co nejméně narušoval průběh rozhovoru. **Tempo** jsem přizpůsobila konkrétním účastníkům, stejně jako strukturu, jak jsem již výše uvedla. Limit stanovený pro rozhovor byl 30-60 minut. Někteří se již v první části „rozpovídali“ (např. B), takže těžiště myšlenek spočívalo právě v této části. Mnozí anticipovali mé otázky, proto jsem se na ně ani nemusela ptát. Struktura

se také odvíjela dle toho, co zmiňovali a co na tato témata volně navazovalo tak, aby otázky přirozeně a nenásilně vyplynuly z hovoru. Procházené okruhy byly prokládány volně se odvíjejícími úseky. Snažila jsem se nejosobnější část rozhovoru – metaforické zobrazení – dát až na konec, jak radí Miovský (2006). Škálu jsem zadávala verbálně, nekreslila se, jak je zvykem u této techniky i v rámci terapie. Otázku ohledně knihy jsem po zkušenosti nečlenila na kapitoly, ale nechala jsem dotazované, aby je členili, pokud tak svou knihu vnímali. Stejně tak, pokud se jednalo o film a ne knihu, jak v jednom případě (Kj), nechala jsem fantazii pracovat a nenutila jsem do formy knihy.

Snažila jsem se ponechat **hloubku rozhovoru** na zúčastněných, avšak pokud jsem měla dojem, že výzkum překračuje hranice, korigovala jsem jeho směřování. Právě výzkumník je za výzkum zodpovědný, výzkum dává výzkumníkovi právo objevovat, avšak právě on nese odpovědnost za to, co objeví. Hranice mezi terapií a kvalitativním výzkumem je velmi úzká, jak uvádí např. Bourdeau (2000). Struktura obou kontextů je podobná, stejně jako osobní charakter setkání a také motivace – být prospěšný. Je důležité dodržovat zásadu respektu k dotazovanému, autonomii. Podstatné je, jak upozorňuje Bourdeau (2000), neubližít dotazovanému za účelem našeho cíle. Všechna tato doporučení a postřehy jsem měla na paměti a snažila jsem se nepřekročit hranici mezi rozhovorem a terapií, i když v některých případech (Dan, Pa, B, Kř) se náš společný rozhovor nacházel na hranici. Důležitý v tomto ohledu byl daný kontext a vnější zarámování a vymezení, že se jedná o rozhovor, nikoliv terapii. Pokud se ale zohlední účinky, může společný rozhovor obou účastníkům pomoci stejně jako terapie. Gale (1992) dokonce uvádí, že kvalitativní výzkum může být dokonce mnohdy užitečnější než terapie.

Na **závěr rozhovoru** dotazování – na otevřenou otázku – spontánně sdělovali, co jim rozhovor přinesl. Často zmiňovali vhled, zamyšlení, uvědomění si něčeho nového. To pro mě představovalo kontrolu hloubky a důkaz, že jsem „neublížila“. Jednalo se o moment, kdy jsem nechala dotazovaným čas na utřídění myšlenek, „sednutí“ tématu, uzavření rozhovoru. Jak uvádí Miovský (2006), je právě tato fáze rozhovoru důležitá proto, aby se ošetřily případně rizikové stavy vyvolané hovorem. Naprosto nevhodné je uspokojit potřebu výzkumníka a k dotazovanému přistupovat stylem „po mně potopa“. Rozhovor byl všem příjemný, i pro mě samotnou se jednalo o velmi přínosné a objevné rozhovory, při kterých jsem i já sama dospěla

k určitým zjištěním. Nejvíce se dotazovaným líbil okruh týkající se narativního vyjádření procesu stávání se terapeutem pomocí knihy a jejího žánru.

V rámci anketního šetření, které se odehrálo na jednom z výcvikových setkání, jsem pak zadala dvě otázky, které se týkaly vlastnosti dobrého terapeuta a terapeuta, se kterým by dotazovaný chtěl řešit svůj problém. Odpovědi měli dotazovaní zaznamenávat písemně.

4.6 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT

„Bateson mě naučil, že všechno to loupání, dušení, uzení, podlévání tukem může ze syrových dat vytvořit opravdu gurmánskou krmi.“ (Singer, 1995)

Z hlediska filosofických východisek radikálního konstruktivismu a biologické gnozeologie nastíněných v teoretické části, přistupuji k zpracování a analýze dat jako k interakci s daty. Kategorie se snažím tvořit tak, abychom dávali datům smysl. Jedná se však jen o popis (mapu) a nikoliv o samotné jevy (území). Je třeba mít na paměti, že mapa se nerovná území, tedy že naše kategorie jsou pouze popisem ovlivněným naší zkušeností, nikoliv realitou samotnou. Jak upozorňuje Singer (1995), vždy máme odpovědnost za výběr z mnohosti dat, důležité je předčasně si neuzavírat možnosti. Je třeba si také uvědomit, jak uvádí Strauss, Corbinová (1999), že analýza dat je v podstatě již jejich interpretací.

Subjektivita v kvalitativním výzkumu je nikoliv nedostatkem, ale naopak přirozenou součástí interpretace výzkumných dat, jak upozorňuje například Drapeau (2002). Tak jak je v tradici postmoderního způsobu myšlení obvyklé, nelze oddělit zkoumajícího a zkoumané. Stejně tak Kanpol (1997) uvádí, že žádný kvalitativní výzkum nemůže být napsán bez prvků subjektivity, vlivu osobnosti a osobní historie, předsudků a plánů. Miovský (2006) hovoří spíše o reflexivitě, nikoliv o subjektivitě. Reflexivita pak vyjadřuje, jak výzkumník ovlivňuje pole výzkumu, stejně jako jak výzkum ovlivňuje jeho samotného.

Jako zdroj postupů a návodů při kvalitativní analýze mi sloužila odborná literatura (např. Kusá, 1992, Strauss, Corbinová, 1999, Miovský, 2006, Hendl, 2005 aj.), stejně jako podnětné konzultace s vedoucí práce a také má předchozí výzkumná práce kvalitativního zaměření³¹.

³¹ Výzkum představoval školně etnografickou práci fenoménu napovídání mezi dětmi ZŠ, dále pak fenoménu „chození“ mezi dětmi ZŠ. Oba výzkumy se odehrály při studiu Pedagogické fakulty UK, psychologie-speciální pedagogiky.

Přepis rozhovorů byl velmi časově náročný, v průběhu bylo obtížné porozumět všem slovům, bylo nutno se k větám vracet. Přepisy rozhovorů jsou uvedeny v přílohách 4,5,6,7. V rámci typických slov pro účastníky jsem vytvořila **slovník žargonu**, který je uveden v příloze 3. Skládá se z výrazů, které jsou typické pro účastníky výzkumu UT, jsou jimi užívány a jsou pro okolí často těžko srozumitelné. V přepisech v příloze jsou uvedeny kurzívou, aby bylo jasné, že je možné si je ve slovníku dohledat.

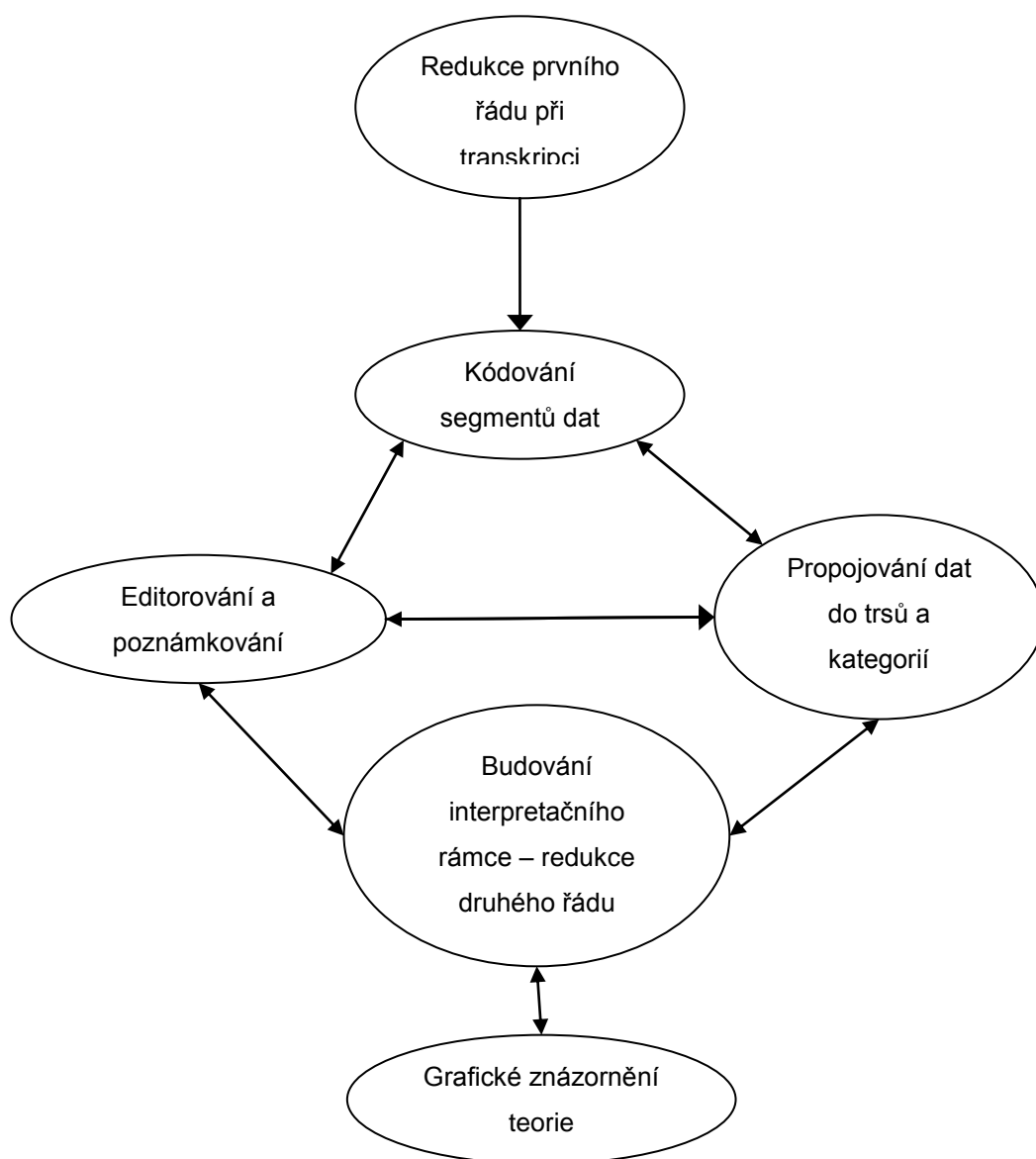
Již při přepisu docházelo k selekci, nebylo možné přepsat všechno. Docházelo tedy k **redukci prvního řádu**. Rozhovory jsem přepsala formou tabulky, ve které jsem text po pravé straně opoznámkovala (editorovala). V přepisech uvádím též v závorkách důležité neverbální projevy, které se v průběhu objevily. V poznámkách jsem uvedla jednotlivé aspekty, které mě zaujaly, a které se mi jevily jako podstatné pro další analýzu a následné shlukování (klastrování, tj. utváření kategorií, které rozlišují věci). V pojmosloví Strausse a Corbinové (1999) se jedná o otevřené kódování. Začaly se vynořovat jednotlivé segmenty dat, které se slučovaly do dalších celků. Pojmenování celků vyplývalo z promluv účastníků výzkumu, tak, „aby byly šité na míru“. Všimla jsem si tématických a časových překryvů. Dále jsem se zaměřila na zachycení gestaltů (vzorců), které pak vedly k vzorcům a strukturám objevujícím se u dotazovaných. K analýze jsem přistupovala s předpokladem, který vtipně vystihuje Singer (1995), že nejasnost a zmatek na jedné úrovni výzkumu vede k naději na jasnost v další úrovni výzkumu.

Při analýze dat jsem taktéž užila metaforického vyjádření, protože se jedná o cestu k redukci údajů, která zabírá pouhému popisu, a vede tak k vyšší analytické úrovni. Jak upozorňuje Miovský (2006), metafora je užitečná pro zobecnění a redukci cestou významové paralely, která je kulturně a sociálně zakotvená. Snažila jsem se užívat metaforu, jak uvádí Kusá (1992) – dokud je plodná, stimuluje a přináší náhled na data – a nenechat se kouzlem metafor unést cestou pro analýzu neužitečnou. Také jsem se snažila vyhnout příliš vzdálenému významu, který pojí metafory.

Následně jsem určila jednotlivé **kategorie**, vztahy mezi nimi a příčinné řetězce. V pojmosloví Strausse a Corbinové (1999) by se jednalo o axiální kódování. Kategorie pak, jak uvádí Hendl (2005), představují abstraktnější vyjádření nežli materiál, ze kterého vycházejí. Soustředila jsem se na jednotlivé jevy, jejich podmínky a vztahy mezi nimi. Docházelo tak k dalšímu zpřesňování kategorií a jejich vztahů, což by Strauss a Corbinová (1999) označili jako selektivní kódování. Dále jsem utvářela **interpretační rámec teorie**, tedy stanovila si centrální

kategorii, ke které jsem ostatní dávala do vztahu. Jednalo se tedy o redukci dat druhého řádu. Posléze jsem přistoupila ke **grafickému znázornění**. Grafické znázornění jsem užívala celou dobu v průběhu analýzy dat, protože jeho názornost usnadňovala a podněcovala analýzu.

Podstatné je v rámci mého postupu neustálé vrácení se „o úroveň“ výš, které zabraňuje předčasnému uzavření teorie. Dochází tak k organickému prolínání jednotlivých úrovní analýzy, jejich oddělení je tedy pouze teoretické. Vedení poznámek, shlukování a odhalování uspořádání kategorií je chápáno průběžně jako nehotové, je možné několikeré štěpení a spojování kategorií. Respektovala jsem tzv. princip hermeneutické spirály (viz např. Miovský, 2006), kdy jsem se vracela od obecnějších deduktivně odvozených vztahů k jednotlivým případům. Usilovala jsem též o negativní evidenci – hledání případů, které do teorie nezapadají jako techniku rozkrývání dat. Stejně tak jsem si ku pomoci vzala techniku, kterou Strauss a Corbinová (1999) nazývají „**Flip-Flop Technique**“. Její podstatou je podívat se na protiklady zkoumaného jevu, což je opravdu velmi užitečné. Díky tomuto pohledu se vynoří nové a dosud netušené charakteristiky sledovaného jevu. Postup při zpracování dat ukazuje níže uvedené schéma.



Obr. 7. – Schéma postupu při zpracování dat (N.N.)

Než přejdu k samotnému přehledu a psychologickému rozboru výsledků, je třeba se zmínit o tom, že má analýza dat obsahuje prvky utváření zakotvené teorie. Jak uvádí Hendl (2005), čistá zakotvená teorie je velmi ojediněle dosažena.

4.7 PŘEHLED, PSYCHOLOGICKÝ ROZBOR A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ

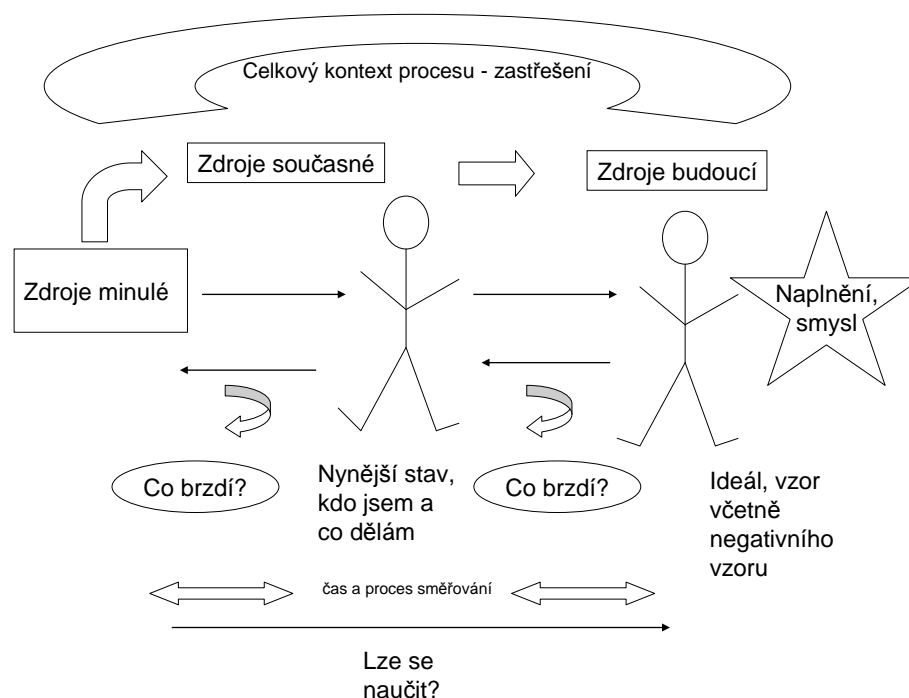
„Je velká chyba teoretizovat před tím, než máte data. Jedinec se pak necitlivě snaží data pokroutit tak, aby odpovídala jeho teorii místo toho aby, se snažil teorii vykroutit z dat.“ (Sherlock Holmes)

Jak trefně ilustruje výše uvedený citát, je třeba vycházet z dat, které výzkum přináší, nikoliv se snažit dle teorie dotvářet data. Jedná se o proces kombinace logiky, dedukce, intuice, všímání si, vidění a postupného rozkrývání souvislostí. Jak uvádí Miovský (2006), Sherlock Holmes kombinoval logiku a různé zdroje poznání, dokonalou znalost terénu, osobní zkušenosti, kontextuální znalosti, které jsou mnohdy nepřenositelné.

V rámci výzkumu jsem tedy došla k následujícím kategoriím, které byly částečně ovlivněny mými otázkami a předpoklady, z velké části však vznikly na základě analýzy dat.

1. Nynější stav v kontextu práce a života (4.7.1)
2. Nynější stav z hlediska poměru praxe a jistoty (4.7.2)
3. Ideál směřování z hlediska kvalifikace a škol (4.7.3)
4. Ideál směřování z hlediska věku (4.7.4)
5. Ideál směřování z hlediska pozitivního i negativního vzoru (4.7.5)
6. Kam a jak směřuji (4.7.6)
7. Proces směřování – lze se terapii naučit? (4.7.7)
8. Minulé zdroje (4.7.8)
9. Současné a budoucí zdroje (4.7.9)
10. Celkové zastřešení procesu pomocí metafor (4.7.10)

Na závěr kategorií se vždy snažím o shrnutí dílčích zjištění na závěr dané kategorie, a to jak formou schématu, tak i formou slovního popisu. Učiním tak již nyní, kdy výše zmíněných deset kategorií, které utvářejí linii mé empirické části pro přehlednost uvedu i ve schématu. Jednotlivé kategorie je dobré sledovat v rámci časového vývoje. Je však také možné začít kdekoliv v rámci schématu a jeho logika zůstane zachována.



Obr. 8. – Schéma procesu stávání s e terapeutem a jeho sledovaných komponent (N.N.)

Linie tohoto schématu, jak jsem již výše uvedla, spojuje celou část prezentace výsledků, proto se u něj blíže zastavím. Zmíním také, jak mě při jejich vytváření inspirovaly okruhy a předpoklady, které jsem si před výzkumem stanovila.

Na proces stávání se terapeutem jsem pohlížela z časového hlediska (viz šipka dole na obrázku). Časové hledisko jsem zvolila zejména z toho důvodu, že se mi jevilo jako smysluplné pro uchopení procesu a směřování. Z hlediska současného stavu je hodnoceno minulé a zároveň i budoucí a je mu připisován smysl. V rámci této kategorie jsem zohlednila VI. okruh svých předpokladů – počátek a cíl terapeutického směřování.

Stanovení současného stav vychází z toho, zda se jedinec momentálně považuje za terapeuta, zda práci, kterou dělá, chápe jako terapeutickou. Na současný stav jsem pohlížela z hlediska kontextu práce a celkové životní etapy. Také jsem dospěla k vymezení současného stavu s ohledem na poměr zkušeností a jistoty. Z pozice současného stavu si vytyčuje jedinec ideál do budoucna tak, aby splňoval jím preferovanou představu. Tento ideál dotazovaní vymezovali s ohledem na vlastnosti, požadované vzdělání a optimální věk. Zde jsem se při hodnocení inspirovala okruhem IV – konstruktem dobrého a špatného terapeuta. Součástí

vymezení ideálu jsem také chápala stanovení, konkrétního cíle podle potřeby rozvoje specifické oblasti terapeutického působení.

Pokud budeme schéma sledovat dále, jsou významnou složkou také zdroje rozvoje terapeutické kompetence. Zaměřila jsem se tak na analýzu zdrojů k terapeutické práci – z minulé zkušenosti, stejně jako současných motivů a budoucích cílů. Z minulé zkušenosti lze čerpat do současného a budoucího stavu. Jinými slovy ty zdroje, které dotazovanému pomáhaly, mohou motivovat i do budoucna. Stejně tak jsem se zaměřila na to, co naopak vývoj brzdilo a z čeho se lze poučit (na obrázku zpětné šipky). Současný stav pak motivuje či nemotivuje k posunům do budoucna. Zdrojům kompetence a nekompetence se věnoval první okruh předpokladů, zde se objevuje spíše v podobě kompetencí umožňující profesní růst.

Dále jsem se při analýze soustředila na to, jakým způsobem se dotazovaný bude posouvat k ideálu, tedy jaká je jeho představa pokroku k cíli. Na konci tohoto procesu je naplnění, dosažení smyslu. Podobně jsem sledovala, zda dotazovaní soudí, že se lze umění terapie naučit nebo je třeba vrozených vloh a talentu. Podstatné je také celkové zastřešení procesu, vzhledem ke kontextu stávání se terapeutem, které se objevilo jako V. okruh mých předpokladů. Zastřešení určuje, jaký smysl má celý proces pro dotazovaného, určuje motivaci, směřování k cíli.

Proces stávání se terapeutem ilustruji díky vývojové linii zachycené v průřezu zkušeností dotazovaných. Jednotlivým kategoriím vývoje se nyní ve stejném pořadí budu na následujících řádcích postupně věnovat podle toho, jak se košatily a rozvíjely u jednotlivých dotazovaných³².

4.7.1 NYNĚJŠÍ STAV – TERAPIE V KONTEXTU PRÁCE A ŽIVOTA

V rámci této kategorie lze vymezit několik výchozích bodů, ze kterých hodnotí dotazovaní svoji terapeutickou práci či dosavadní práci. Jedná se o hledisko toho, co považují za terapii, jakou ji dávají ve svém životě důležitost oproti jiným kontextům jako je život a práce. Při vytváření této kategorie jsem vycházela zejména z toho, jak dotazovaní vymezovali praxi v úvodu rozhovoru a také z toho, kde se umístili v rámci škály a v rámci metaforu knihy.

³² Ještě je třeba podotknout, že nejdříve u jmen uvedu v závorce úroveň výcviku, abych byla jasná úroveň výcviku. Při dalším zmínění již nechám jméno bez tohoto vymezení. Zkratka N v přepisech značí moje jméno, ostatní zkratky jmen jsou vysvětleny u přepisů v přílohách. 4, 5, 6 a 7.

4.7.1.1 TERAPEUTICKÁ PRÁCE JEŠTĚ NEZAČALA, ALE PRORŮSTÁ DO ŽIVOTA

Do této kategorie spadá Tereza, která sice za sebou praxi v pomáhající profesi má, ale ještě ji nepovažuje za práci terapeutickou. Tereza je na začátku výcviku (UT 06). Před výcvikem si myslela, že je v práci dál, v rámci výcviku však zjistila, že je na počátku.

T: No, já ještě vlastně terapii teprve chci začít... no takže jestli Tě zajímá praxe jako taková?

Na jiném místě pak:

T: Na té dvojce jsem se cítila ještě před výcvikovým setkáním v ISZ., když se mi v práci dařilo... jinak jsem na nule, když se nedaří... A teď jsem na hranici... Začíná to prorůstat do mého života... Zjišťuju, že se tak... že se chovám v jinejch situacích...

V tomto bodě se může dle mého názoru jednat o přehodnocení práce podle nových kritérií. Tereza sama uvádí, že si dříve připadala, že již terapii dělá (byla na 2), ale nyní se cítí, že ji ještě neumí (na 0). Znamená to tedy, že její nynější kritický pohled, který vznikl po výcviku, předchozí činnost jako terapeutickou již nechápe. U Terezy tedy dochází k vytříbení a vyjasňování toho, co terapie vlastně pro ni samotnou v praxi znamená. Terapie se však projevuje i v jiných kontextech života, jak sama připouští.

Podobné dříve prožívali i účastníci vyšších výcvikových ročníků, například mé výcvikové skupiny. Na ukázkou uvedu, jak reflektuje Kateřina (UT 05 a), která svou praxi chápala jako terapeutickou, ale poté zjistila, že kritéria byla „bludná“. Zde tedy vidíme, že se nemusí jednat pouze o začínající therapy, na začátku výcviku, ale i o další peripetii v procesu stávání se terapeutem.

Kř: ... já jsme v průběhu výcviku byla chvíli na mínus dvaceti... teď se postupně dostávám na dvojku... . úplně se mi změnil koncept terapie... kdo jsem já jako terapeut... co vůbec může terapeut... . přestavěl se mi koncept bodů... . má původní trojka byla naprosto bludné osvícení... krásné... představa, že to všechno dokážu kvantifikovat... někdy si říkám, že je to šílený, nula, chaos...

Toto přehodnocení kritérií připisují rozvíjejícímu se konceptu terapie, ke kterému dochází v rámci výcviku. Jedinec, který do výcviku vstupuje má o terapii jako takové vytvořen laický mentální koncept utvořený na základě četby, svých vlastních zkušeností apod. Vlivem setkání s novou koncepcí terapie prezentovanou v rámci výcviku, která je v případě systemického pojetí velmi specifická, dochází k přehodnocení dosavadních měřítek. Tento nový koncept terapie se pak zákonitě promítne do hodnocení dosavadní práce a praxe, jak jsme viděli u Terezy a Kateřiny. Je otázkou času, kdy se koncept ustálí. Avšak vzhledem k tomu, že se s rostoucím množstvím praxe může vyvíjet dále, se většinou jedná o ustálení dočasné.

4.7.1.2 HLEDÁM TERAPII V KONTEXTU SVÉ PRÁCE

Na rozdíl od výše uvedené kategorie jedinci v této situaci již mají koncept určitým způsobem ustálený a pociťují, že práci, kterou vykonávají, již mohou částečně terapií nazývat. Cítí však své limity, zejména vzhledem k charakteru pracoviště. Spadá sem třeba Zbyněk, který pracuje ve výchovném ústavu, nebo Hanka, která je školní psycholožka. Oba jsou na začátku výcviku (UT 06).

Z: Tam u nás není ta dlouhodobá psychoterapie, není tam ta zakázka... nikdo nepřijde a neřekne „Zbyňku“... je to takový prchavý... není tam zakázka, konkrétní problém... proto o tom mluví takhle...

Dále pak zmiňuje:

Z: Že je mezi náma rozdíl, že jsou to děti... že nejen že mi popíšu problém, ale taky se na něm pracuje (důraz na to slovo)... Je to taková psychoterapie krizová... krizová intervence... že se kluci ožerou, přijdou zfetovaní... . spíš než klasický sezení...

Hk: Bylo by to asi spíš poradenství to, co dělám, terapie, to zatím ještě moc není... no, tak jsem v terapii asi tak na trojce...

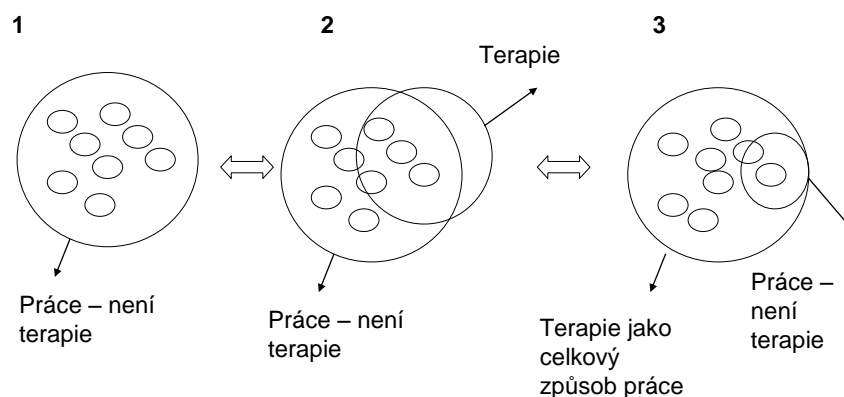
Tento výchozí bod popisovali dříve i účastníci mé výcvikové skupiny. Dle mého názoru souvisí s tím, že frekventant výcviku teprve začleňuje terapeutickou práci do své běžné práce, kterou dělal před výcvikem. Postupně tak hledá hranice a zjišťuje, co z toho, co v práci již dělá, vlastně už terapie je. Mohou, ale nemusí pak dojít ke zjištění, že i „poradenství“ v případě Hanky, tak i „krizová intervence“ v případě Zbyňka lze dělat systemicky a psychoterapeuticky. Jak je

tomu, například u Bány (UT 05a), která skloubila fyzioterapii a psychoterapii, což byl její velký úkol, který si dala.

B: že dělám něco, co lidi potřebují... že na někoho přirozeně šáhnou, že je mu příjemnej dotek... tak stačí, když to takhle potřebují... a když někdo potřebuje deset sezení mluvit o svém synovi, jak je závislej na drogách... a stupňuje se to do nějakého bodu... všechno mi připadá jako terapie a pomáhání... asi na začátku vztahu si připadám jako terapeut...

Nebo také mohou dospět ke zjištění jako Tereza a praxi, kterou jako terapeutickou z části vnímají, již jako terapeutickou nevnímají. Je ještě zajímavé zohlednit to, že se Tereza, Zbyněk ani Hanka ještě sami za terapeuty neoznačují, pokud vymezovali svou profesi. Tereza sebe označila jako konzultantka, Hanka školní psycholožka, Zbyněk jako vychovatel.

Mou interpretaci vývoje konceptu terapie v kontextu ostatní práce shrnuje níže uvedené schéma.



Obr. 9. – Terapie v kontextu ostatní práce (N.N.)

V prvním případě (1) se jedná o práci, která není vnímaná jako terapie. Posléze jsou objeveny části práce, které jsou chápány jako terapeutické (2). Popřípadě může dojít k přehodnocení kritérií toho, co je a není terapie, kdy práce opět jako terapie není vnímaná (proto je na obrázku zpětná šipka). Je také možnost, že terapie je vnímaná jako veškerá činnost, kterou jedinec vykonává (3), ve které jsou určité momenty práce jiné, ale pohlíží na ně také jako na terapeutické. Tento vývoj, jak jsem již uvedla výše, může být interpretován jako běžný aspekt osvojování si nového způsobu uvažování o terapii, který si jedinec osvojuje v rámci té které výcvikové školy.

Z dat dále vyplynulo, že je třeba nezanedbat širší kontext terapeutova života. Terapeutická práce se nevyskytuje izolovaně, ale je ovlivňována vývojovou a životní etapou terapeuta. Z tohoto aspektu vyplývají čtyři kategorie uvedené v dalším textu – prioritou je terapie, uživit rodinu, založit rodinu nebo je prioritní ostatní práce.

4.7.1.3 TERAPIE JE PRIORITA, OSTATNÍ PRÁCE POSTUPNĚ USTUPUJE DO POZADÍ

Do této kategorie spadá například Emilka (UT 04), která si potřebuje najít klid a čas na terapii v rámci ostatní práce, nejedná se o finanční důvody, spíše organizační. Podobně také David (UT 04), který si na terapii v práci vymezil celý den, aby ji nedělal ve volném čase, a chce se jí teď více zabývat. Stejně jako Hana (UT 03), která si otevřela svou terapeutickou praxi. Zařadila jsem sem i Zuzku a Katku (UT 05a), které se nyní po odmlce s hledáním místa, kde by mohly praktikovat terapii, znovu pouští do terapeutické práce. Citáty níže ilustrují nastavení a elán do práce výše zmíněných.

E: Kdybych měla víc času... mám tady na starost spousta projektů... potřebovala bych se zaměřit na terapii, mít na to tady čas... prostor mám... aby to bylo cílené a strukturované a ne jen aktuální a krátkodobé věci... prostě takovej čas, klid, pohoda... určitě

D: ...ted' mám instituci... prostě to dělám ve volném čase a chtěl bych to dělat jako prioritní... možná že v tom žádný rozdíl pro klienty nebude...

H: Otevřela jsem si teď svou vlastní praxi, mám tam nábytek a všechno své... Hrozně moc se na to těším... mám už první klientku...

To, co dotazovaní zařazení do této kategorie chápou, jako terapii mají již jasně vymezeno, na rozdíl od výše uvedených respondentů. Může to samozřejmě být způsobeno vyšším stupněm výcviku, stejně jako delší praxí (u Emilky dokonce v jejím věku 9 let praxe a přes 2 a půl terapeutické).

E: ... nejvíc asi v momentě, když mám s klientem stanovený, na čem bychom spolu pracovali... když jsme spolu ve vymezeném prostoru... v zázemí... v instituci... mám kompetence...

Zu: I mimo sezení... v sezení se snažím být terapeutem... jak si to definuju... terapeut je jako profese... tady a teď... ale jsem i třeba ve vztahu s kamarádkou jako terapeut... pokud je to identifikace s tím povoláním, to mám pocit, že identifikovaná jsem... vědět, co obnáší ty věci, kladení otázek a tak...

Podle mého názoru, je tento pohled na terapii a její pozici v životě odvozen od vývojové fáze, ve které se výše jmenovaní nachází. David (27 let), Emilka (23 let) a Hana (25 let) jsou ve věku, kdy zatím neplánují rodinu. Jejich přístup se ještě nevyznačuje bilancováním a hledáním alternativy pro další život. Budují své postavení a svou profesionalitu, do terapie se pouštějí na plno, snaží se jí věnovat co největší prostor v práci. Jedná se tedy o přirozenou součást osvojování profesní role v období mladé dospělosti. Právě osvojování si profesní role patří k jednomu z kritérií psychosociální dospělosti. Z hlediska profesního růstu se nacházejí ve stádiu intenzivního budování kariéry.

4.7.1.4 HLEDÁM ČAS A PROSTOR PRO TERAPII V ROLI ŽIVITELE RODINY

Tato kategorie je podobná jako výše uvedená, terapie je již vymezena a definována. Ve schématu na obrázku by to odpovídalo třetí pozici. Dotazovaní ji mají začleněnou do svého fungování i v jiných oblastech práce, jak ilustruje následující ukázka z rozhovoru s Petrem (UT 05 a).

P: Je to ten, kdo umí pracovat systemickým stylem... je to v mnoha různých situacích, ve skupinových pracích... na změně, aby reagovali lidi... je to člověk, který těmi schopnostmi disponuje i v komunikační sféře... Je to i v koučování, když dávám 360 stupňovou zpětnou vazbu... když se s ním o tom bavím, když dávám hranice, hodně to používám...

Dotazovaní terapii provozují vedle ostatních kontextů, které jsou povětšinou finančně velmi dobře ohodnocené. Sami si pak pro sebe snaží najít a vytyčit prostor, jak moc chtějí terapii dělat. Na rozdíl od výše uvedené kategorie se však Petr (30 let), Vráťa (UT 05 a, 50 let) soustředí na uživení rodiny, k intenzivnějšímu terapeutickému růstu směřují, ale později. Za zmínku stojí, že i přes posuny ve společnosti se zdá, že jsou to stále muži, kteří rodinu živí. Sami u sebe vnímají jistotu, že terapeutickou práci dělají a věří si.

P: Jo, tak jsem na púlce... na šetce... kus cesty už mám za sebou... udělal jsem toho pro to... udělal v poslední době dost... můžu si věřit.

Vr: Cítím se být terapeutem s klienty... kteří mě osloví na doporučení... to je nejvýraznější zdroj klientů... stávající pracovní doba je zaměřena na vzdělávání... otevření se... napojení a mám základní pocit důvěry, že přijdou... že mě znají

Finanční stránka však určuje míru zastoupení terapeutické práce v prostoru ostatní profesní práce. Vráťa, který vedle svého povolání kouče a školitele, které uživí jeho rodinu, hledá prostor na terapii.

Vr: K posunutí bych potřeboval dělat víc tu práci... něco dělám, co mi vydělává peníze... tu terapii dělám tak navíc... Mám zkušenosti a nápady... ale zatím tomu věnuji jen 15% pracovní kapacity

Stejně tak Petr, který se věnuje koučování, otec malého dítěte, zvažuje, zda chce terapii dělat intenzivněji, i za cenu toho, že doma „budou žrát omítku“.

P: No, bylo to úžasný... já jsem si uvědomil, že se musím rozhodnout, mám terapii v ruce... Bludný Holanďan, mořeplavec, který je odhodlán i na to jaká je vichřice přejít... aby to jeden mohl dělat naplno, musí se rozhodnout, zda může. Před dvěma roky by mi to pomohlo možná nejvíc...

N: Takže jsi zjistil, že se musíš rozhodnout.

P: No, musím říct, co chci dělat... I za cenu toho, že budeme žrát omítku... Protože když živím rodinu, tak jsou peníze moc důležité... a teď budeme tři, takže to není jen tak se rozhodnout...

V rámci této kategorie si postoje k terapii obou zmíněných mužů interpretuji jako naplňování tradiční mužské role, která s sebou nese zodpovědnost za zabezpečení rodiny.

Mužskou profesní roli pak chápu jako konzistentnější, kdy není třeba opouštět profesi, ale je třeba volbu povolání přizpůsobit příjmům vzhledem k finančním potřebám rodiny.

4.7.1.5 RODINA JE PRIORITA, TERAPIE NYNÍ ZATÍM USTUPUJE DO POZADÍ

Tato kategorie může být chápána jako komplementární k předchozí. Zařadila jsem sem Martinu (UT 04) a Petru (UT 03). Jedná se o ženy, které v rámci běhu svého života a vývojového stádia (Martina 28 let, Petra 29 let) terapii nechápou jak prioritní. Jako hlavní pojmají založení rodiny, terapeutické povolání však ještě stále vykonávají. Sami sebe již na škále hodnotí velmi vysoko, jak značí níže uvedené citáty, a v budoucnu by se chtěly zdokonalovat (viz další kapitoly o směřování). Jejich partneři tedy pravděpodobně musí později zákonitě vstoupit do role živitele rodiny po tu dobu, co ženy budou na mateřské dovolené.

M: Já si myslím, že jsem tak mezi 6-7, spíše se to blíží 7... 10 chápu jako ideální terapeut v systemice...

U otázky kolem umístění v knize pak Martina uvádí:

M: Ono se to nedá změřit jen na té škále, jsou tam i jiný okolnosti... moje práce a psychoterapie teď pro mě není na prvním místě... to není teď prioritní... já jako psychoterapeut, to je jen jedna kapitola v celé knize... vždycky chvíli píšu i jiný kapitoly... teď jsou jiný kapitoly hlavnější... jako rodina a tak... terapie jen občas...

Petra sebe sama umisťuje na škále:

Pe: Tak to jsem tak na 6-7.

A pak v rámci metaforu knihy:

Pe: Teďka? Tak bych řekla v první třetině nebo možná čtvrtině... ještě nejsem na konci... kdyby tam byly kapitoly, tak je to dle vývoje... po stopách toho věku... vždycky mám pocit, že je nějaký téma, pak s vynoří nový je to jako časová osa... něco mezi románem a autobiografií, ale určitě ne literatura faktu... teď je tam zrovna spíše téma jiné, než terapie... (usmívá se a dává si ruku na klenoucí se břicho)

Obě ženy se dle mého názoru nachází v situaci, kdy vyřešily dilema mezi profesí a rodinou. Připravují se na roli matky, která má ve společnosti čím dál vyšší prestiž. Nachází se v situaci, kdy si místo původního sociálního zhodnocení a potvrzení v rámci profesní role musí najít svou pozici a potvrzení v roli matky či ženy v domácnosti. Jejich oblast seberealizace se tedy přesouvá a postupně zastiňuje oblasti jiné. Bude záležet jen na nich, jak se se situací přerušení kariéry vyrovnají. Zkušenost z rodinného života je však může do budoucna obohatit i v profesním směřování. O obohacení žen z této životní zkušenost pro terapii hovoří Bára.

B: není důležité, kolik máme výcviků, ale co děláme místo toho života... mně to pomohlo, že je to moje část, stejně důležitá jako ta druhá... žít ten život... ta touha a směr

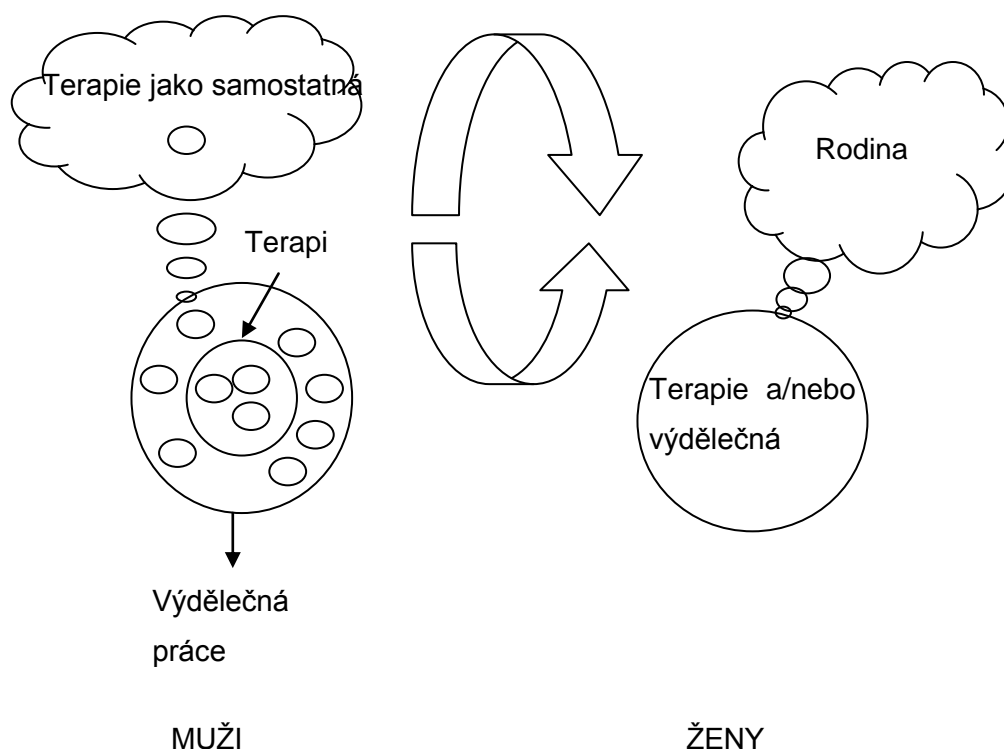
B:ale obecně... mně se líbí ženy, které šly... za tím svým životním voláním, určením... ať už dělají cokoli... ať už byly doma, matky, poskytovaly lásku, skvělé terapeutky... mně se líbí, jak to dělají ženy po žensku... respektování... to že jdeš za tím svým voláním, puzením... kam se chceš vyvíjet, tam deš...

Takovéto postavení priorit ještě Bára necítí, ale směřuje k němu.

B: ...třeba i za několik let... potřebuju životní zkušenosti... mít děti... věnovat se rodině... i to je přínos, abych byla dobrý terapeut... mám radost, dává mi to smysl, když se to propojilo.

V rámci této kategorie považuji za velmi dobře zřetelný aspekt propojenosti osobního a profesního života terapeuta.

Obě naposledy zmíněné genderově podmíněné kategorie – čas a prostor na uživení rodiny a rodina jako priorita – znázorňuje níže uvedené schéma. V první, z tradičního pohledu „mužské“ část schématu, se nachází Petr a Vráťa. Snaží se najít, zda je terapie prioritou života oproti výdělečné práci užitečné pro uživení rodiny. V představách je terapie jako samostatná (proto je na obrázku obláček, jako myšlenka). Podobně z tradičního pohledu „ženského“ hlediska Petra (29 let) a Martina (28 let), jako prioritu vidí založení rodiny, svůj intenzivnější terapeutický rozvoj pro nyní na čas odkládají. V jejich představách je nyní rodina, později však se může obláček podobat tomu „mužskému“, mohou tedy směřovat k terapii. To naznačuje dvojité šipka ve schématu.



Obr. 10.- Terapie ve vztahu k genderu (N.N.)

4.7.1.6 OSTATNÍ PRÁCE JE PRIORITA, TERAPIE NYNÍ ZATÍM USTUPUJE DO POZADÍ

Tato kategorie stojí mimo ostatní a je opakem kategorie, ve které je terapie prioritou. Zařadila jsem sem Kateřinu, která se snaží v kontextu interny a dalších působišť, které také jsou pro ni finančně výhodné, najít si prostor na terapii. Nejedná se o existenciální krizi, kterou by musela Kateřina řešit, jako spíše jiné směřování v praxi. Zatím je však ve stádiu, kdy má jiná práce větší důležitost. Nesplnil se jí zatím předpoklad skloubit terapii a jiné kontexty, jak se Báře povedlo u fyzioterapie.

Kř: ...ty nůžky, co jsem měla... ty nůžky terapie a interny... ty se rozevřely... říkám si „co to tady dělám...“ Kontext, ve kterým zrovna jsem je důležitější... provozuju tu nejvíc úžasnou věc... jako je terapie... ale ty moje nůžky jsou rozevřené... já mám další kontexty, ve kterým jsem... ta show, pak obličej na krém Garnier, pro který budu pracovat...

Jinde pak:

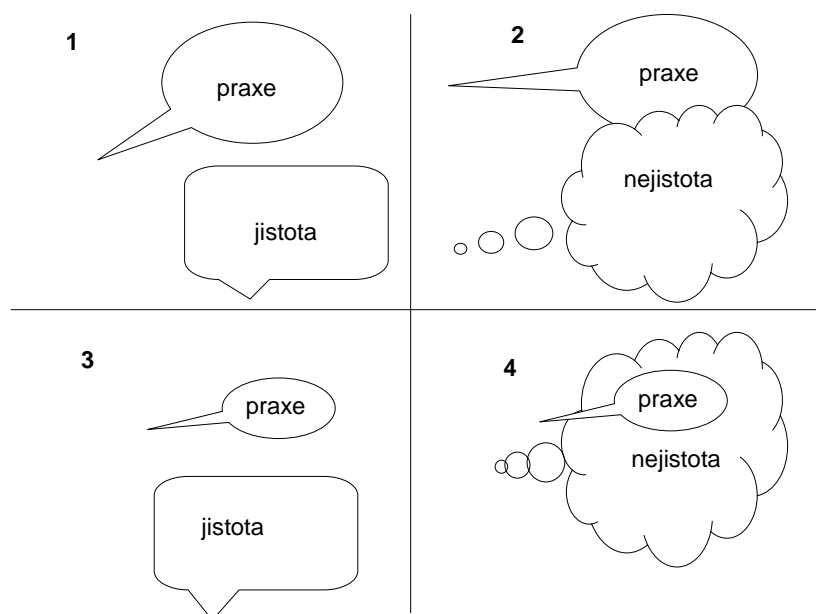
Kř: ...sama pro sebe, až skončí to blbnutí, začnu znovu, až budu opravdu na 3... mám půl pacientů psychoterapie... teď díky tomu se to ... nebo vinou toho... se to posune... budu mít víc terapeutických pacientů

Zde je vidět, že se v rámci životních etap a stádií vývoje terapeuta může význam, který připisuje terapii jako své profesi, měnit. Existence více kontextů, které jsou od terapeutického povolání odlišené, mohou později sloužit k obohacení nápadů a směrů myšlení v rámci terapie. K návratu k terapeutické profesi může, ale nemusí dojít.

Jak bylo vidět výše, pozici, kterou terapeutická práce zastává v rámci života jedince, ovlivňuje nejen zkušenost, ale také životní etapa jedince. Taktéž jsou ve hře generově a pohlavně podmíněné charakteristiky. Po vymezení současné fáze, ve které se dotazovaní nachází, se zaměřím na jiné hledisko určení nynějšího stavu, neméně důležitého.

4.7.2 NYNĚJŠÍ STAV – POMĚR ZKUŠENOSTÍ Z PRAXE A JISTOTY

Další kritérium ve vztahu ke spokojenosti s praxí a jistotou uvádí schéma níže.



Obr. 11. – Vztah praxe a jistoty (N.N.)

Jedná se o čtyři možnosti, o kterých podrobněji pojednám níže:

1. terapeut si je jistý sám sebou a má pocit dostatku praxe

2. terapeut se necítí jistý, ale praxe pocítuje dostatek
3. pocítuje naopak jistotu a nedostatek praxe
4. prožívá nedostatek praxe a jistoty, což spolu úzce souvisí

4.7.2.1 ZKUŠENOSTI MÁM, ALE CHYBÍ JISTOTA, KLID

V rámci směřování k terapii lze i přes zkušenosti v terapii pocítovat nejistotu. Například Dan nebo Pavla (oba UT 05a) níže uvádí, že nedostatek jistoty je to, s čím se v nynější situaci potýkají.

Dan: No teď jsem na trojce, znamená to, že se maximálně vzdělávám, že jsem si předtím víc věřil, to jsem se dal na čtverku... no a teď vidím, že mi tam chyběl systemický náhled, pokora... a hlavně ta jistota... musím se zbavit té úzkosti.

Pa: Furt to samý... .práce a výcvik... .ale myslím, že by mi pomohlo získat větší jistotu... to by mi pomohlo...

V této fázi, kdy se u Dana i Pavly praxe odvíjí a je na ni prostor (obrazně i materiální zázemí), je důležité soustředit se na jistotu a klid ve svém konání, tak, aby byla sezení bezpečná i pro terapeuta. Jistota a bezpečí je jedno z důležitých témat v rámci systemické praxe. Lze je chápat jako základ pro práci s klienty, protože umožňují vzájemnou spolupráci. Jistota v sebe sama a své terapeutické působení umožňuje, že „kouzlo terapie“ funguje a působí. O tomto aspektu hovoří například David s ohledem na vlastnosti dobrého terapeuta.

D: nejistota a nepřesvědčivost asi by neměla být... když budu mít ten kouzelný klobouk a budu s ním zacházet opatrně a jen tak jemně s ním mávat... bude to mň fungovat... lidi tomu budou mň věřit... nejistota a opatrnost

Jistota by mohla souviset s celkovým osobnostním nastavením daného člověka z hlediska povahových vlastností a z toho plynoucí stability. Podobně se může jednat o projev celkové nedůvěry v sebe sama. Jedná se však pouze o moje interpretace založené na rozhovorech a pozorování. Problém jistoty v systemické terapeutické praxi je o to palčivější, o co je více zdůrazňována pozice „nevědění“, ze které dopředu terapeut neví, který postup bude účinný. Musí se tedy učit s nejistotou zacházet a chápat ji jako cestu k osvobození od stanovených algoritmů terapeutických intervencí.

Jistota se dle mého názoru může také odvozovat od množství terapeutické praxe, kterou terapeut vykonal. U Dana a Pavly je stále praktická zkušenost v počátcích (Pavla 2 roky, Dan 3 roky), s rostoucí praxí pak může, vzhledem k větším zkušenostem a pozitivním odezvám, stoupnout i hladina jistoty. Není to však univerzální vzorec, jak uvidíme v další kategorii.

4.7.2.2 MÁM JISTOTU, ALE CHYBÍ ZKUŠENOSTI

Zde jsou dotazovaní v opačné situaci než výše. Již získali jistotu, ale chybí jim zkušenosti a praxe. Zařadila jsem sem Katku, která pociťuje své limity právě v nedostatku praxe, podobně Zuzku. Obě nyní měly krátkou pauzu, co se týče terapeutické práce, vzhledem k tomu, že hledají zázemí, kde praktikovat. Obě situaci pociťují podobně.

K: No teď jsem na šestce až sedmičce. To znamená, že mám jistotu, ale nemám zkušenosti...Vím, že něco umím, ale potřebuju zkušenost s dlouhodobou prací s klientama...Terapie se nebojím, baví mě to, je to výzva... pořád se ověřuju... Láká mě to, baví mě to, ale mi to jde... mám z toho dobrý pocit... Zjistím to tak, že klienti přijdou víckrát... I když to bylo v umělém prostředí léčby... ale byla tam kontinuita a význam...

Zu: No, u mě to stagnuje v závislosti na klientech... já teď dva až tři měsíce nemám klienty, takže mám pocit, že to stagnuje... nedokážu to říct... nula je nejméně a desítka nejvíce?

N: Jo.

Zu: Tak jsem na 4-5.

Zuzka i Katka jsou si naopak, na rozdíl od Dana a Pavly, jisté, věří si, ale pro svůj rozvoj pociťují více praktikovat. Může mít opět vliv osobnostní charakteristiky a zejména celkové sebevědomí zmiňovaných.

V případě Zuzky a Katky soudím, že se jedná zejména o hledání svého místa na trhu práce, hledání prostoru (spíše materiálního než mentálního) pro terapii. Jak již bylo uvedeno výše, budují si teprve svoji terapeutickou kompetenci na základě praxe. Praxe může být chápána jako zdroj terapeutické jistoty. O tomto aspektu pojednám podrobněji v rámci kapitol popisující minulé (4.7.8), současné a budoucí zdroje (4.7.9).

Také David pociťuje jistotu, kterou přirovnává k přízemí v tzv. pražském výtahu – k základně, ze které lze vycházet při terapii. Potřebuje však více zkušeností s klienty.

D: Někdy jsem si až moc jistej... tím svým klidem... nechci mít osvětlené jasno, chci být víc nervózní... já vím, že mám ten klid, že jsem dole v Pražském výtahu a mám ten základ, můžu jet výš a dělat něco... můžu se ošetřit a mám tu jistotu v sobě...

V rámci umístění na škále uvádí:

D: no 5 mám tak za sebe a 6, že lidi choděj dál... takže spokojenost 6 a jak se cítím terapeutem 5... více klientů a pomohlo by mi, kdybych to nedělal na koleni...

Vidíme, že u Davida je jistota velká, je zakotven tak, že může pracovat s klienty. V jeho případě může situace souviset s tím, že se k praktikování odhodlal později než ostatní jeho kolegové z výcvikové skupiny. Byl tedy schopen začít terapii postupně – nejdříve v bezpečném kontextu výcviku, a po té, když začal pociťovat jistotu a důvěru v účinnost a smysl terapie, začal s praxí. Vzhledem k tomu se může cítit oproti svým kolegům „pozadu“ (v praxi je pouze pět měsíců), a tím potřebu praxe pociťovat znatelněji než jiní.

4.7.2.3 CHYBÍ MI JISTOTA I ZKUŠENOSTI

V terapeutické práci, také může začínající terapeut pociťovat, že mu chybí obojí – praktikování i zkušenosti. Rád by se v obou oblastech zdokonalil. Zařadila jsem sem Báru, která už si prošla tím, že si našla skloubení kontextů své práce (psychoterapie a fyzioterapie), je tedy za úkolem, který plní Kateřina.

B: ... začala jsem to propojovat... něk... něk... domlouvat psychoterapii i tu fyzioterapii... napřed je nějaký povídání, vyjasnění... a pak, pokud je potřeba, tak občas nabídnu psychoterapii... no a teď v XXX mám na půl masáže a na půl terapie... někdy povídáme a pak masáž... někdy to není návaznost... někdy je jasný, že jedno ovlivňuje druhý... tělo přes rozhovor a naopak... je to teď první místo.

Teď usiluje o větší jistotu v práci skrze praktikování.

B: V půlce... si myslím... začala jsem, dělám to, mám supervize, učím se a vyvíjím se... samostatně bez toho se necítím... jsem vděčná za konzultace, supervize... směřuju k tomu, abych měla tolik odvahy, abych praktikovala víc...

Na této pozici je vidět, že jistota i zkušenost mohou být znatelně propojeny. Situace může být v Bárině případně způsobená tím, že ke skloubení svých kontextů práce dospěla až poměrně nedávno. Měřítka toho, co je pro ni terapie se změnila, jak jsem o tom pojednávala v rámci předchozí kapitoly. Svoji dosavadní praxi proto jako terapeutickou nehodnotí. S ohledem na to, že o sobě Bára často prohlašuje, že je „praktik“ je pro ni měřítkem jistoty právě praktická zkušenost.

V rámci výcvikových setkání se lze s provázaností jistoty a praxe setkat často. Může se jednat o začarovaný kruh, kdy je třeba praktikovat s pocitem nejistoty, avšak právě jediné praxe může jistotu přinášet. Jak jsme ale viděli u Báry, kruh lze rozseknout a začít postupně praktikovat.

4.7.2.4 MÁM OBOJÍ – UŽ JSEM TERAPEUT

Do této kategorie spadají ti, kteří se již za terapeuty považují. Jsou si jistí svou prací a také dostatečně praktikují. Jedná se o Káju (UT 05 a) a Tomáše (UT 05 a). Kája si splnila bod, který ji k dosažení chyběl – praktikování, a proto se cítí jako terapeut, dokonce „bytostně“.

K: Na devítce, desítce... Myslím, že jsem terapeut. Už dřív jsem byla tak na 7. Měla jsem jeden bod, abych měla klienty a to se mi povedlo... a šla jsem do praxe... Tak jsem to měla vysoko. A teď jsem terapeut bytostně... (směje se)

Zajímavé je se pozastavit u Kájina výroku, kdy nesoudí, že je terapeutem bytostně. Zde se nabízí otázka, nakolik se toto ztotožnění s rolí terapeuta týká praxe a jistoty, a nakolik, jak sama Kája později zmiňuje, se jedná o osobnostní nastavení, nadání či talent k terapii. O tomto aspektu pojednám níže (4.7.7).

U Tomáše je také dosažení role terapeuta dokončena, jen ještě navíc staví formální hledisko – dokončení výcviku, ale zohledňuje spíše pohled praktický – v terapii je terapeut.

T: A co je na desítce... jo to je ale blbá otázka...vždyť to určuju já... no tak z tohoto pohledu jsem na desítce... terapii dělám, definuji se jako terapeut ... jsem terapeut vůči svým klientům... o stupeň níž bych to posunul z formálního hlediska, nemám na to papír, nemám to hotový... ale z hlediska té práce, kterou dělám, se můžu počítat za terapeuta

Lze tedy soudit, že si Tomáš i Kája prošli předchozími stádii nejistoty a nedostatku praxe a nyní se již cítí být kompetentními psychoterapeuty. Sice stále pocítují rezervy, v případě

Tomáše formální, ale jejich směřování je zakotveno. Tento formální pohled na možnost vykonávat terapii je mnohdy určující, zejména v kontextu pracoviště. Je obtížné zaměstnavateli vysvětlit, z jakého hlediska se již jedinec cítí jako terapeut. V jiném případě může zdánlivě formální aspekt – ukončení terapeutického výcviku – tvořit významnou součást terapeutické kompetence v očích samotného jedince. Může díky tomu pociťovat, že uzavřel etapu svého terapeutického vzdělání, uzavřel základy, na kterých může nyní stavět, jak uvidíme později v rámci rozboru ideálu směřování (4.7.6.).

Poté, co jsem vymezila výchozí stav z hlediska kontextu práce a života a z hlediska jistoty a zkušeností, se budu věnovat ideálu, ke kterému jednotliví dotazovaní směřují. Pojímám jej postupně z hlediska vzdělání, věku a vlastností. Ve své interpretaci jej chápu jako bod, ke kterému dotazovaní směřují spíše v ideální, více zobecněné rovině, na rozdíl od ideálu praxe a dalšího směřování, který mají vymezený každý sám pro sebe. O tom pojednám níže v rámci podkapitoly 4.7.6.

4.7.3 IDEÁL SMĚŘOVÁNÍ – KVALIFIKACE, ŠKOLY NEBO „KAŽDÝ SI HLEDÁ SVÉHO UČITELE“?

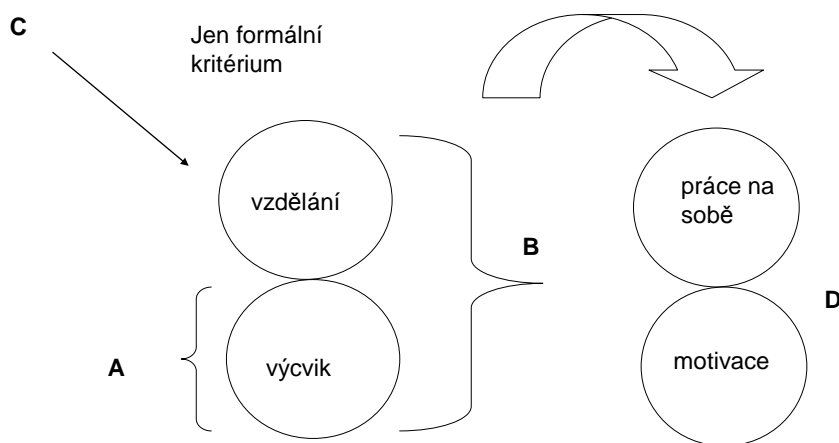
Ideál směřování chápu jako bod, který dotazovaní vymezují z pohledu současné pozice. Stanovují pro něj charakteristiky vzdělání, věku a vlastností. Nyní vymezím ideál směřování z hlediska kvalifikace, později s ohledem na ostatní charakteristiky. Terapeutický ideál v sobě zároveň již obsahuje prvky zdrojů směřování – vzdělání či výcvik může být chápán nejen jako cíl, ale také jako předpoklad či prvek na cestě za terapií. Dotazovaní často v rámci této kategorie vycházeli ze své zkušenosti s konkrétními vzdělávacími institucemi.

Vymezení jednotlivých skupin v rámci této kategorie vycházelo z odpovědí na otázku ohledně významu vzdělání a kvalifikace. Vymezila jsem několik kategorií, které jsou také uvedeny níže na obrázku:

1. Výcvik utváří terapeuta (A)
2. Výcvik a vzdělání (B)
3. Výcvik i vzdělání, ale záleží na úhlu pohledu (C)
4. Každý by si měl vybrat svého učitele (D).

Poslední dva přístupy se vyznačují rostoucí relativizací. První z nich relativizuje význam vzdělání a výcviku, ale jako formální kritérium je ponechává (4.7.3.3). Další pohled (4.7.3.4) však vzdělání i výcvik relativizuje naprosto tím, že je důležitá zangažovanost jedince se učit a

pracovat na sobě. Podle tohoto pohledu nezáleží na tom, jakou cestu či „učitele“ si jedinec zvolí. Z níže uvedeného schématu znázorňující všechny popisované postoje k vzdělání a výcviku jako předpokladu utváření terapeutické kompetence bude dělení jasnější.



Obr. 12. – Ideál z hlediska kvalifikace (N.N.)

4.7.3.1 HLAVNĚ VÝCVIK UTVÁŘÍ TERAPUETA

Většina dotazovaných se shodla na tom, že hlavním vzděláním je výcvik. Připouští, že je důležité také jiné akademické vzdělání, ale výcvik chápou jako stěžejní pro utváření odbornosti terapeuta. Jak příklad níže cituji Terezu a Martinu.

N: Je na to, myslíš nějaká konkrétní kvalifikace, konkrétní vzdělání?

T: není to nezbytný... mít tu školu... mít... nutně jen psychologii... ale výcvik je dobrý mít... ne není to v psychologii... to není ta cesta... výcvik, který učí... to co v kontaktu s lidma dělat... Ne asi ne.

Martina navíc zdůrazňuje kontext, pro který je výcvik podstatný:

M: No... já bych to rozdělila na terapii jako takovou... a na specializaci... dobrej systemik... to může být univerzální a eklektický způsob... pro určitý způsob na

určitý směr musí být vzdělaný... nemyslím školu jako instituci... kdyby se mě prostě někdo ptal, co má mít, ta řeknu, že výcvik

Zmíněný postoj si vysvětluji zkušeností obou výše zmíněných se vzděláním akademického typu, v rámci kterého se jim příprava na práci s klienty jevila jako nedostatečná. Soudím, že se jedná o projev známého sporu mezi akademickým vzděláním a na praxi zaměřeným vzděláním výcvikovým. Univerzitnímu vzdělání bývá často vytýkána přílišná odtrženost od života praxe. Psychoterapeutický výcvik pak chápu jako optimální skloubení důrazu na kvalifikaci (teoretické znalosti) a kompetenci (praktické dovednosti). Výše nastíněný pohled by tak mohl odpovídat pozici reflektujícího praktika, který z poznatkové základny čerpá do praxe, kterou neustále reflektuje.

Kája vyloženě relativizuje i vysokoškolské vzdělání na úkor výcviku a sebezkušenosti.

Kj: Vzdělání? Měl by mít výcvik... a sebezkušenost je velké vzdělání, takže má terapii dělat... no a jak máme ve výcviku... ti lidi mají vzdělání různý... vysoká škola je dobrý mít, ale nemusí být... Může být výbornej terapeut, co je středoškolák a blbej terapeut s dvaceti pěti vysokýma školama. (smích)

Tento postoj, který zastává Kája, je typický zejména pro systemický přístup a jeho vymezení terapeuta jako experta na rozhovor, nikoliv na život klienta a léčení na základě vědomostí, diagnostických kategorií a zaručených interpretací. Terapeuta však nezbavuje jeho odbornosti. Tu ovšem pojímá jako odbornost terapeutickou – odbornost a expertnost ve vedení rozhovoru.

Hanka hovoří o strachu z toho, že terapeut bez výcviku může napáchat škody, zdůrazňuje, že je rizikové dělat terapii se započatým výcvikem. Tento moment je velmi diskutabilní, respektive se jedná o začarovaný kruh, ve kterém je lektory požadováno praktikování (praxe) již od začátku výcviku, aby bylo možné se dále v rámci výcviku vyvíjet. O tomto aspektu výcviku se také zmiňuje David.

Hk: Bez toho výcviku si to nedovedu představit. Ale stejně je to takový divný, jak nás nutí dělat s klienty, i když ještě výcvik nemáme, to myslím může napáchat tolik škody... Ale zase na druhou stranu tam ti lidi chodí a nějak jim to asi pomáhá... ale je to fakt hrozný.

D: ... říkají nám, že klienti vydrží všechno, ale já mám problém, když to kolegové dělají špatně... já bych se pod to úplně nepodepsal.

Podle mého názoru je v systemickém kontextu důraz na praktikování také doprovázen možností vyzkoušet si terapii v bezpečném prostředí výcviku (např. v rámci VPV) a až po získání určité jistoty je možné začít praxi s klienty „skutečnými“. Moment, kdy se frekventant výcviku rozhodne praktikovat, závisí na něm a jeho pocitu kompetence. Jak jsme viděli výše, například David začal praxi výrazně později než jeho kolegové. Praktikování s neukončeným výcvikem je zároveň zakotveno do celkového systému vzdělávání ve výcviku, kdy je možné konzultovat s kolegy a lektory, podstupovat pravidelně supervizi, což ani v rámci běžné praxe není tolik možné. O aspektech přínosu výcviku pohovořím níže v rámci kategorie týkající se zdrojů (4.7.8 a 4.7.9)

4.7.3.2 VÝCVIK A VZDĚLÁNÍ V HUMANITNÍCH OBORECH NEBO V PSYCHOLOGII

Vedle výcviku je také dle dotazovaných užitečné studovat psychologii nebo jiné pomáhající profese. Zejména základy psychologie jsou chápány jako velmi důležité. Níže uvedený úryvek poukazuje na tuto pozici u Hanky a Davida.

Hk: No jako hlavní vzdělání, to myslím, že je výcvik. Jako vzdělání akademické, to určitě psycholog nebo nějaká jiná pomáhající profese, třeba i doktor, ale myslím, že ne sestřičky, to ne. A nějaký ty základy psychologie určitě, bez toho to nejde.

D: ...je důležitý asi mít psychologický věci a taky psychopatologie je užitečná ji znát... prostě humanitní směr, kde tohleto ta škola má...

Podobně Petra studium psychologie chápe jako nezbytné a nenahraditelné. Uvádí příklad své kamarádky, která nedostatek psychologických znalostí pociťovala velmi silně. Rozlišuje psychoterapii, kde je psychologie podle ní potřebná a terapii, která je spíše speciálně-pedagogická.

Pe: Já myslím, že když je někdo psycholog, je jedno jestli jednoobor nebo dvojobor... jsou důležité znalosti klinické psychologie... psychopatologie... vývojové a pedagogické psychologie... já si cením psychiatrie... to jsem byla

v léčebně v rámci VOŠky... pak si myslím, že by taky mohl být obor sociální práce a dodělat si teorii... no a speciální pedagogika jen pro určitý typ klientů...

N: Hmm.

Pe: Já myslím, že by to měl být obor, kde mají aspoň semestr psychologii... kamarádka, která vystudovala práva a angličtinu a dělala terapeutickou práci sama říkala, že ji psychologie chyběla... já bych rozlišovala mezi psychoterapií a terapií

N: V jakém smyslu?

Pe: Terapie, to je třeba i pracovní... nemusíš mít vzdělání psychologický... arteterapie – nemůžou jít tak hluboko, když nemají psychologii, sociální terapie, tam stačí sociální práce... terapie hrou... speciálně pedagogická terapie to jsou jen třeba nácviky dovedností... no a psychoterapie oproti tomu ... tam je psychologické vzdělání důležité.

Zmíněný důraz na psychologické znalosti se mohou jevit v rozporu se systemickým pojetím. Bylo by však chybou soudit, že systemika „brojí“ proti psychologii. Naopak, pokud si je terapeut vědom svých předpokladů, které mohou vycházet i ze studia psychologie, a je schopen jich produktivně v terapeutické praxi využít ve prospěch klienta, jedná se důležitý zdroj terapeutického umění. Psychologie tak může poskytovat jeden z rámců úvah o klientově tématu a jeho řešení. Je však podstatné, aby si terapeut zachoval schopnost od této své jistoty poodstoupit a zaujmout i jiná stanoviska a alternativní pohledy. K tomu mu může sloužit například filosofie, jak uvádí například Dan.

Dan: Já myslím, že filosofické vzdělání... tedy lépe řečeno filosofická orientace je vhodná a potřebná. Aby měl ten filosofický přesah a byl schopen mluvit o metafyzických problémech... etických... nepostihnutelnosti řádu věcí, transcendentna a tak dále.

Filosofie pak rozšiřuje prostor terapeutických úvah a umožňuje směřovat k v jiných kontextech nepostihnutelným úvahám.

Zajímavé úvahy ohledně vhodného terapeutického vzdělání uvádí níže Bára. Zdůrazňuje nezbytnost výcviku a navrhuje zavedení psychoterapeutického vzdělání, které by obsahovalo

obecnou psychologii a speciálně pedagogické základy. Vychází z pozice, ve které je výcvik a praxe podstatná, avšak poznatkový základ se jí jeví jako velmi užitečný.

B: Vzdělání? No v mém případě když jsem byla na gymplu... tak jsem chtěla na psychologii... ale nedostala jsem se, tak jsem nešla a nastoupil praktický život... jsem ráda, že jsem k tomu šla oklikou, že mi nepomohlo ani jedno ani druhý, ale úplně něco jiného... pomohlo mi to najít a uvědomit si, co je to dobrý, ale ... až na výcviku jsem našla to ono, díky tomu si to spojuji... teorie je fajn, ale já jsem praktik...

Dále pak Bára hovoří ve smyslu studia psychoterapie:

B: ...škoda, že v tomhle státě se nedá studovat psychoterapie... takhle by se mi to líbilo... nechtěla bych umět testy, ale ta obecka, specka i další jiný... ale raději jsem byla za dějiny umění...možná mi něco chybí... a ty analytický interpretace jsou taky zajímavý...

Vytvoření psychoterapeutického vzdělávacího programu na univerzitní půdě by pak mohlo dilema akademického vzdělání a praxe vyřešit. Bylo by také zažehnáno nebezpečí pocitu „osvíceného jasna“, které by plynulo z terapeutova přesvědčení o správnosti jeho závěrů. Umožňovalo by čerpat ze zdrojů a rozličných kontextů ve prospěch klienta. Kvalifikace tak může tvořit významnou složku kompetence terapeuta.

4.7.3.3 VÝCVIK I VZDĚLÁNÍ, ALE ZÁLEŽÍ NA ÚHLU POHLEDU

Další skupinu tvořili ti, kteří zdůrazňují prvotně výcvik, avšak vzdělání chápou jako stejně tak důležité a přínosné. V tom je tento postoj stejný jako u předchozí skupiny. Rozdíl je ten, že posléze obojí – vzdělání i výcvik – relativizují. Jako záchytný bod jim slouží formální požadavky, do kterých pak výcvik a vzdělání zařazují, jako například Tomáš.

Tom: Vzdělání je psychoterapeutický výcvik... musí to být někdo kdo vystudoval medicínu nebo humanitní směr... myslím, že je to dobrý a přínosný... ale někdo taky měl napřed techniku... hmm... no, takže si myslím, že to, co formuje toho člověka... no před revolucí nic nebylo... ti terapeuti dřív... ti neměli moc výcviky...

já si myslím, že jsou to dvě věci... kvalifikace po stránce formální... to jsou ty náležitosti... tam bych ten výcvik dal... musí to být akreditovaný výcvik...

Podobně Hanka nebo Vladka (UT 03) zdůrazňují výcvik i vzdělání, které v zápětí relativizují.

H: je rozdíl mezi psychologem a psychoterapeutem... no, psychoterapeut musí mít na 100% výcvik... jsem pro střední cestu... ani ne bez vzdělání a jen výcvik ani ne jen škola... může mít 20 tisíc supervizí a 6 tisíc výcviků... humanitní vzdělání ... bakalářský, magisterský... základní znalost o vývojové psychologii... že je to normální, to mě pomohlo... se školou bez výcviku to může být dobrý poradce.

V: Měla by to být škola, která se týká člověka... sociální, pedagogická... i medicína... nemusí to být psychologie...s tím, že pak terapeutovi stačí jen výcvik... je ale důležité rozšiřovat okruhy toho, co ví

Stejně tak Katka, která nevymezuje na rozdíl od Tomáše nutně medicínu nebo psychologii, ale vysokoškolské vzdělání jako takové. Vzdělání chápe jako kritérium vstupu do výcviku, tedy opět si pomáhá vnějším kritériem. V tomto výroku je dobře vidět obava systemiky z „indoktrinování“ objektivistickým pojetím lidské psychiky jako popsitelné a diagnostikovatelné entity.

K: Nějaký vzdělání... no je to kritérium často se podle toho bere do výcviku nebo ne... lidi, který nemají s psychologií nic společného... ve stylu „Uklízečka může mít zajímavější nápady než psycholog deformovaný MKN-kem.“ (přemýšlí)

N: To je hezký...

K: Určitě školy jsou důležité ty, co dávají humanitní, pedagogicko-psychologické směry... to ale neznamena, že stavárna nebo lesnická fakulta by v sobě neměl terapeuta... no, je to relativní

Právě nebezpečí z přesvědčení o dokonalé znalosti a expertnosti vede k relativizování významu vzdělání. Téma, které se zde vynořuje, taktéž souvisí s vrozeností talentu a nadání pro terapii. Jak jsem již uvedla výše, budu jej popisovat v samostatné kategorii (4.7.7).

Petr zdůrazňuje výcvik, ale soudí, že bez vzdělání je to nebezpečné. Jako opak toho, co považuje za důvěryhodného terapeuta, chápe „čarodějnice, která hádá z kávové sedliny“. Pak humorně uvádí, že i ji by výcvik doporučil.

P: Terapeutický výcvik je fajn...ale nemyslím si, že vzdělání jedno... ti, co hádají z kávový sedliny, těch bych se bál...myslím, že když tam přistoupí terapeutická práce... z formálních důvodů je to dobrý, ale mnoho lidí je dobrých i tak... a možná některý výcvik může zkazit do práce chuť k terapii...ale myslím, že musí být

N: Takže výcvik.

P: Může být intuitivní, ale měl by vědět proč to dělá... není výcvik... není k zahzení... I té čarodějnici bych to doporučil. (směje se)

Podobný koncept na jiném místě má i Hanka, nazývá je „kartárky“.

Hk: ... já tomu říkám, že jsou to kartárky... oni si myslí, že rozumí všemu a věští při tom z kávové sedliny. (smějeme se)

Zde můžeme sledovat opak toho, co považují dotazovaní za kvalifikaci terapeuta. Představa „kartárky“ nebo „čarodějnice“ značí neodbornost a šarlatánství. Není vyloučeno, že sezení u člověka, který zastává tento alternativní přístup, může pomoci stejně či lépe než terapie. Je však dle mého názoru rozlišovat mezi typy „čarování“. A stanovit si, které z nich budeme považovat za terapii, a které již ne a z jakého důvodu.

4.7.3.4 KAŽDÝ BY SI MĚL VYBRAT SVÉHO UČITELE, ZDA A CO SE UČIT

Další pohled je ještě více relativizující. Dotazovaní soudí, že každý si může vybrat svého učitele a také to, zda se bude danou věc učit, jak moc se zaangažuje, jak moc bude motivován. „Nepředepisuje“ tedy konkrétní školy, výcviky a vzdělání. David uvádí:

D: Není třeba konkrétní... je to o talentu... a konkrétní věci, který si každý vybere...

D: výcvik určitě pomůže, dá nástroje... i ta filosofie je supr, i když jsem si napřed říkal, co to sem taháte... já si myslím, že výcvik dá inspiraci...dá na výběr... záleží výcvik od výcviku... lidé, který to využítou, nástroje, čas a je to na tobě, si to přebrat...

Podobný postoj zastává Kateřina a Bára, které uvádí, že vzhledem k tomu, že nemají zkušenost s jinými školami, nemohou soudit o jejich užitečnosti.

Kř: vzdělání, kvalifikace... každý by si měl vybrat svého učitele... ne konkrétní... no fakt... když je to člověk co to umí, rozumí tomu, souhlasí s tím, tak je to správné... když člověk s tím funguje, rozumí tomu, funguje to, tak proč ne... i v psychoterapii jsou stádia, že někdo neví... pochybuje... myslím, že je to individuální u každého... vzhledem, že to může pomáhat relata refero... nikdy ho to na fakultě nenaučí, když sám nechce... na prvním setkání ve výcviku, jsem řekla, že mi jde o papír... to jsem si fakt myslela... ale v průběhu jsem zjistila, jak to funguje a tak jsem si řekla, že je to dobrý... ale já jsem nebyla na jiných školách než u nás...já to nemůžu srovnávat...

B: Těžko říct jaký by to bylo bez vzdělání... ale na druhou stranu spousta toho ze škol zatěžuje hlavu... (přemýšlí) takže to... tak... nevím jak to poznat, to bych se musela někoho zeptat, je to individuální... co si kdo odnese ze školy a co ne

Míru zangažovanosti, tedy to, že si jedinec vybírá, nejen kdo, ale co ho bude učit, zdůrazňuje Emilka, která vychází ze své osobní zkušenosti a postoje ke škole, kterou studuje.

E: Je potřeba akademický vzdělání?... no, zase bych odpověděla, že záleží jaká cílová skupina, jaký kontext, jakou psychoterapeutickou školu má... co má za výcviky... taky, když studuje, tak do jaké míry se sám angažuje... bere si z toho něco... může se flákat, nic nedělat... mít jen titul... já to mám na katedře dobrý, umím francouzsky... a pořád tam dávám to vězenství... já jsem člověk, kterej si raději přečte o jedné věci víc, než o více málo... stejně dělám to, co mě zajímá a z toho ostatního si moc neberu... mám pocit, že to, co mě nezajímá, mě zajímat nebude, dovidám se o tom jen povrchem... spíš je to odpovědnost konkrétního člověka se vzdělávat... neustále právě v humanitní oblasti.

Uvádí, že psychologie a studium nemá s lidmi nic společného.

E: Určitá dávka psychologie, filosofie... pokud to člověk sám cítí a dělá... tak by to mělo být... nějaké školy... psychoterapeutické směry mají i teoretické vzdělání... v literatuře je toho spousta, psychologové nemají patent na psychoterapii, i když

k ní mají nejbliž... studium není vůbec spojený s lidma a už vůbec ne s psychoterapií...

Podobně Zbyněk zdůrazňuje spíše cíl – „šikovnej způsob k lidem“, nikoliv cestu k němu.

Z: Nemyslím. Důležitěj je humanitní směr, pak už nejsou limity... No ale máme výbornýho nočního vychovatele... ten měl elektrotechnickou fakultu, pak se na ni vyprdl a pracuje u nás. Nevím no... takže... myslím, že ať se každěj vyučí čím chce... ale je důležitý aby měl šikovnej přístup k lidem... k člověku... a k tomu ať se dostane jakýmkoliv způsobem...

Nejvíce je relativizující postoj znázorněn nadřazením motivace a práce na sobě nad vzdělání i výcviku. Důležité je, zda je jedinec ochoten na sobě pracovat a nikoliv, zda vystudoval školu či absolvoval výcvik. Tento přístup pak nadřazuje „umění“ terapie nad techniky – „řemeslo“. Právě motivace pomáhat lidem utváří terapeuta, jak uvádí Vráťa.

Vr: Vzdělání? Obecně si myslím, že je rozhodující motivace... i když by to byl člověk s technickým vzděláním a zjistil by, že to chce a umí dělat... to vyloučené není... optimální je společenskovední charakter... psychologie je nejbliž... ale hlavně ochota na sobě pracovat, motivace... schopnost se sebou něco dělat... může být vysokoškolák nebo středoškolák, na tom nezáleží... myslím, že kvalitní terapii může dělat i středoškolák... o tom jsme se dnes bavili...

Na jiném místě pak:

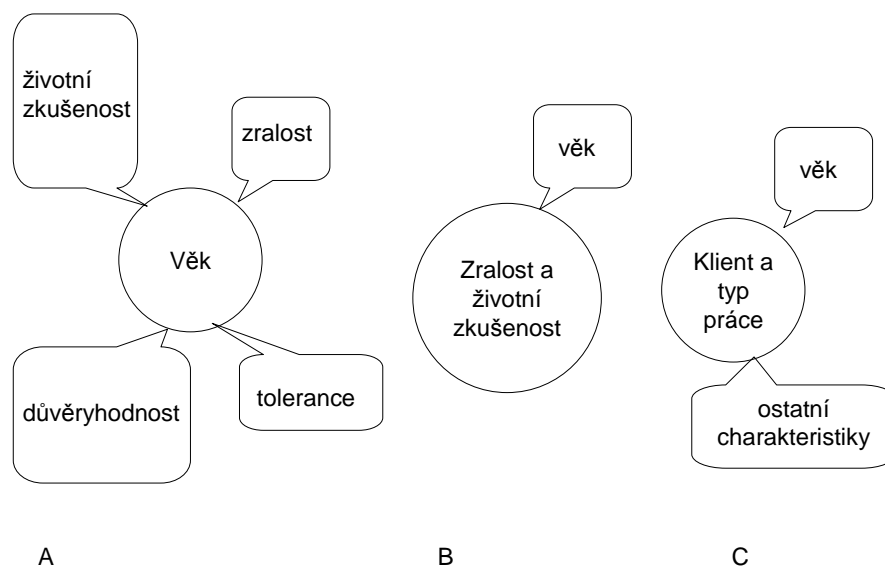
Vr: z formálního hlediska by měl absolvovat nějaký výcvik, sebezkušenost... kontakt s kolegy... po formální stránce... ale to samotné terapeuta nedělá... je to v motivaci... v osobním přesvědčení... že může a chce pomáhat a ví, proč to dělá... beru to nejen jako povolání, ale i poslání... zároveň si myslím že psychoterapie, i když je tam řada technik a metod, je uměním... je o trošku víc uměním, než řemeslo a osvojení si technik a postupů... je to v tom člověku, že něco chce dělat a myslí si, že může být užitečný svému okolí.

Motivaci k práci na sobě a vzdělávání se chápou jako stěžejní pro proces stávání se terapeutem. Vzhledem k tomu, že se jedná o dlouhou a strastiplnou cestu, je na ni třeba vůle a motivace k pokračování a učení se. Vzhledem k individuálnosti vývoje každého jedince a

osobnostnímu nastavení, mohou cesty k terapeutické kompetenci být různé. Důležitá je v tomto ohledu reflexe svého konání. Tento přístup uzavírá kategorii vymezení ideálu z hlediska kvalifikace.

4.7.4 IDEÁL SMĚŘOVÁNÍ – JAKÝ STARÝ BY MĚL TERAPEUT BÝT – VĚK, ZRALOST, ŽIVOTNÍ ZKUŠENOSTI

Nyní přistoupím k vymezení ideálu směřování z hlediska věku. Tato kategorie se rozrůžnila na několik skupin podle toho, zda respondenti terapeutovi připisují optimální věk nebo jako stěžejní vidí spíše zkušenosti a zralost. Vycházela jsem z odpovědí na otázku ohledně optimálního věku. Dotazovaní opět čerpali z konkrétních zkušeností v této oblasti. Optimální věk pak vztahovali k ochotě svěřit se, k rostoucí toleranci. Jiní zohledňovali hledisko klienta a typu tématu, které určí věk a popřípadě další charakteristiky. Dané pozice znázorňuje níže uvedené schéma.



Obr. 13 – Ideál z hlediska věku (N.N.)

Schéma ukazuje, že věk může přinášet zralost, toleranci, důvěryhodnost (na obrázku A). Avšak také, že zralost a životní zkušenosti jsou prvotní a na věku nemusí záviset (na obrázku B). Poslední část obrázku (C) značí, že určující pro vhodný věk terapeuta je klient a typ práce.

4.7.4.1 VĚK HRAJE ROLI PRO OCHOTU LIDÍ SE SVĚŘIT

V rámci první skupiny je hranice věku vnímána jako nezbytná pro klienty, aby se mohli otevřít a mít důvěru k terapeutovi. Například Tomáš líčí svou zkušenost s manželským párem, který jej kvůli věku odmítl. Jako hranici tak chápe 30 let. Limit věku pro důvěryhodnost a ochotu lidem svěřit se „mladému“ je aspekt často v rámci výcviku diskutovaný. Stěžejní pak je, aby se klient i terapeut mohli cítit bezpečně a pociťovali vzájemnou důvěru.

Tom: no, dneska je to aktuální téma (smích)... jak mi tam přišel dneska ten pár... ona i on kolem padesátky... anglicky mluvící... ani mě ta angličtina nevadila... on byl zkušený životem a já si říkal, co mu tak můžu radit... .. no, cítil jsem, že jim to vadí... tak jsem to vnes jako téma... oni mi pak řekli, že jsem moc mladej, že neví, jestli se přede mnou dokážou otevřít... Tak jsme to měli jako téma celého sezení... v čem jim to vadí a tak...

N: A cos jim řekl?

Tom: Že je to v pořádku, že to plně chápu... že jim rozumím... a doporučil jsem jim svého kolegu.

N: A tomu je kolik?

Tom: po třicítce...no, takže myslím, že je vhodnější, pokud máš rozumný skupiny klientů, tak mít věk tak přes 30...vlastně i ze zkušenosti jiných lidí mi to připadá, že to takhle je... zároveň je to pragmatické hledisko... skýtá to určité výhody.

Podobně Vráťa chápe vyšší věk jako faktor, který ovlivňuje ochotu svěřit se. I když připouští, že mladý člověk může být užitečný jiným způsobem.

Vr: já musím říct, že příliš mladí ... že jsou obecně přijímaní spíše starší... lidé spíše takového člověka vyhledávají... ale to je jen předpoklad...obecně lidé přijímají starší... ale to je výklad... můj kolega v sedmdesáti je aktivní, charismatický... takový bych chtěl být (usmívá se)... je v tom rozdíl... nad tím jsem se mnohokrát zamýšlel... věk může roli sehrávat... ochota lidí se svěřit... mladý by si měl najít důvěru a reflektovat to, co je schopen poskytovat... může říct, že má

vzdělání a zkušenosti a nebo poslat k někomu druhému, kdo je starší... může ale také být užitečný zase jinak...

Užitečnost přístupu mladého terapeuta může souviset s tvořivostí a větší otevřeností novému. Zejména v systemickém kontextu, kdy je zdůrazňována schopnost zaujímat nové, tvořivé pohledy na jevy, může být mladý věk výhodou. Na druhou stranu jsou však hlediska zralosti a tolerance, které pohled na význam věku mění, jak uvidíme níže.

4.7.4.2 S VĚKEM ROSTOU ŽIVOTNÍ ZKUŠENOSTI, ZRALOST A TOLERANCE

Věk přináší větší zkušenosti ze života, které mohou při terapeutickém procesu pomoci a být významným zdrojem. Zkušenosti s sebou mohou přinášet jednak zralost, stejně jako toleranci.

H: Myslím, že ani ne... hlavně zkušenosti, co člověk získává... mám ambice, teď bych potřebovala umět... 40-50 let... takhle to chci někdy mít...

Hanka například mluví o zkušenosti se svou kolegyní, která je moc mladá na terapii, nemá zkušenosti, je „tele“.

Hk: Myslím, že od 24 let se to určitě dá dělat. Dřív si myslím, že ne. Protože to je člověk ještě takový tele, ještě nemá zkušenosti ze života a vůbec. To máme takovou holku ve výcviku, já jsem s ní ve „vépévé“ a to je hrozný, ta to fakt chudák neumí a to chce pracovat s lidma...

Kateřina napřed popírá význam věku, ale posléze stanovuje zralost jako odvozující se od věku a běhu životních změn. Životní změny pak jsou podmíněny vývojem a nelze je přeskočit.

Kř: Čím starší, tím lepší... není to ani tak věk... není to věk, ale zralost... může to mít klidně někdo, komu je dvacet... zralost... no, ne dvacet, řekněme, že kolem třiceti... ale mladší než 30 letej si nemyslím.to by musel být rychlej tvor... kolem třiceti přece nastávají různé životní změny... správně by měl být šaman nemocnej a pak se uzdravit.

N: Jak to myslíš?

Kř: Měl by mít zážitek nezdravosti... sebereflexe nezdravosti... sebereflexe cesty k zdravě... uvědomit si zdravost a práci... takže ne věk, ale zralost... a když věk... tak ne mladší než 30... mně by prostě nikdo, kdo je pod třicet nevyhovoval, ale

neříkám, že by to nešlo... možná mám předsudky a pomoci může i dítě... trpělivý pětiletý tolerantní dítě...

Vladka stanovuje nejen zralost, ale i horní hranici, která je odvozena od dostatku intelektu a zachování smyslového vnímání.

V: Nemístný, aby byl v 19 letech... myslím, tak od 22-23 let... že mladý lidi, co mají zkušenosti... ale po univerzitě je to lepší... Horní hranici to asi nemá... no, když má sluch, řeč, mluví, vidí a nemá diagnózu demence (smích)

Pavla a Zbyněk pak reflektují svoji vlastní zkušenost a vyzdvihují také zralost. I když uvádí věk, se kterým byla u nich spojena, vyzdvihují individuálnost dosažení zralosti.

Pa: To je zajímavý... je to asi individuální ...V osmnácti bych toho nebyla schopna... Nevím... no asi je důležitá taková osobní zralost člověka.

Z: No myslím, že je to individuální... ještě před dvěma rokama bych to nemohl dělat... vylít bych od tam po tejdnu... člověk už není pitomej, když se třicítka blíží...

N: Takže spíše když jsi teď starší?

Z: hmm... (přemýšlí) já teď myslím na to, jak jsem byl v osmnácti a směju se... no to bych dělat nemohl... takže je to spíš důležitý... to zrání... nějaká ta zralost

Jako významné pro terapii z hlediska věku je také získání zkušenosti, která vede k toleranci. Terapeut se musí potýkat s mnoha problémy, které si díky zkušenosti je schopen představit lépe i jiné perspektivy a připustit možnost vidět věci z více pohledů.

Pe: věk? Já ti nevím. když jsem začínala, tak jsem si připadala mladá... asi tři roky potom už to bylo lepší... z vejšky si myslím, že je mladej... teď se cítím dobře... s věkem totiž narůstá tolerance... díky zkušenosti jsou lidi tolerantnější... díky zkušenosti si dovedou představit předtím nepředstavitelný věci...

Dilema zralosti a připravenosti vykonávat terapeutickou profesi v závislosti na věku řeší některé výcviky tím, že limitují dolní hranici vstupu do výcviku. V rámci systemiky tento limit stanoven není, proto se v rámci výcviku lze setkat s lidmi různého věku. Mnohdy závislost věku

na zralosti a zkušenosti platí. Přikláním se spíše k pohledu níže uvedenému, ve kterém se zralosti a zkušenost neodvozují čistě od věku.

4.7.4.3 ZRALOST A ŽIVOTNÍ ZKUŠENOST „OTLUČENOST ŽIVOTEM“ BEZ OHLEDU NA VĚK

Zralost a zkušenosti lze, jak jsem již upozornila, vymezovat naopak bez ohledu na věk. Jsou pak chápány jako stěžejní pro práci terapeuta. Je relativní a na věku nezávislé, kdy se člověk stane zralým, jak například uvádí Katka.

K: Věk...to je taky relativní... ve 40 letech může být nezralej a ve 20 letech moudrý na svůj věk... jde to dělat ve všelijakém věku... asi si ti netroufnu říct, který věk to je... Ona osobnost ve dvaceti může a nemusí být zralá... no ano, není to věk, ale osobnostní zralost... jaký ten člověk je... jaké má zkušenosti... jak je to náročný... jak talentovaný... jak (nesrozumitelné) To všechno není definovaný.

Bára ještě navíc přidává možnost s klienty sdílet jejich zkušenosti prostřednictvím reflexe zkušeností vlastních a tím normalizovat dané klientovo trápení.

B: Není to o věku, si myslím... pokud je zralej a má svůj názor, tak když odlišuje postoje sebe a druhého, tak může dělat terapii... je způsobilý... ale... ale jak to poznat, to je těžký... životní zkušenosti jsou víc než věk... když se sejdou ženy, které mluví o manželské krizi, když to znám z domu, nechci vytvářet dojem, že to mám doma... terapeut má žít v pořádku... to naplňuju ten předpoklad... když chci, aby se člověk uvolnil, tak řeknu svou zkušenost, je to větší empatie, lidi to uvolní... že najednou ví, já sdělím, že „já taky“... to lidem může vytvářet bezpečí a na základě toho jsem lepší terapeut... lidé potřebují být na jedné lodi, stejný se stejným

Dle mého názoru právě možnost být s klienty „na jedné lodi“ je často pro průběh terapie velmi užitečné. Neznamená to, že by si terapeut měl projít veškerým trápením, aby mohl klientům pomoci. Jedná se spíše o možnost čerpat inspiraci ze svého vlastního života a nabízet tak klientovi alternativy, které terapeut sám vyzkoušel, a pomohly mu. Podstatné však je umět od těchto zkušeností poodstoupit a otevřít se i jiným cestám.

Kája, stejně jako Tereza pod zralost a zkušenosti zahrnují věk, avšak posléze jej relativizují a vyzdvihují individuálnost procesu, který není na věku závislý.

Kj: Laickej terapeut může být třeba šestnáctiletá holka, když má ty předpoklady... čím je člověk starší, tím víc zkušeností v životě má... setkal se s více lidma... s více věcma... starší je klidnější a vyrovnanější v podstatě... nevysiluje se tak, jako mladý člověk...u mladých je to zase nadšenější a živější... nedá se to ale tak přesně oddělit... protože živej padesátník může být stejně jako mladý kluk... (smích)

T: Čím starší, tím lepší... nevím, zda to platí absolutně... sám se rozvíjíš, dostaneš se dál... na druhou stranu...

N: Hmm

T: Může to být v daném směru omezený... no je to individuální... no, teoreticky by to mělo platit, čím starší, tím lepší...

N: Hmm, jako jak starý?

T: Ne osmdesát, ale... tak kolem padesátky... má to své výjimky jako je být vyhořelej nebo naopak osobní zkušenost, která tě posune... už daleko dřív...

Podobně i Petr chápe životní zkušenosti „otlučenost životem“ jako stěžejní, avšak soudí, že dosažení „otlučenosti“ je individuální.

P: Ne, spíš zralost je podmínkou...Možná takové ty věci předcházející... otlučenost životem... když ho v životě nic nepotkalo tak... nemyslím třeba brát heroin, ale bejt otlučeným... ne, že máš vše zažítý... někdo je otlučeným ve dvaceti, někdo jinej až ve stáří...

N: Takže ta otlučenost...

P: no, ale já když jdu kaučovat třeba padesátiletý manažery, tak si říkám, že se lekne... on to vnímá jinak než já... je to jiná otázka... někdy to může být odrazující pro klienta... někdy to není důležitý... A teď se zeptáš na etnikum a pohlaví?

S tímto postojem se ztotožňuji a soudím, že zralost se odvozuje právě od životních zkušeností, kterými si jedinec prošel, které reflektoval a zpracoval a z nichž může čerpat ve svém dalším vývoji. Do systemického výcviku je proto zařazena sebezkušenost, která může pomoci „otlučenost“ terapeuta tvořivě využít v terapii.

4.7.4.4 VĚK NENÍ DŮLEŽITÝ, DŮLEŽITÉ JE, CO VYHOVUJE KLIENTOVI A TYPU PRÁCE

Poslední skupina věk zcela relativizuje na základě vlastní zkušenosti s terapeuty.

D: není... já mám dva kolegy z výcviku... nebudu to blíže popisovat, ale... před dvěma roky bych řekl, čím starší, tím lepší...ale teď si myslím, že je to jedno...

M: Taky se mi to mění... Když jsem viděla ty 19-20, tak si myslím, že je to jedno... do 50-60 let... ale to se mění... u někoho to není spojený... myslím, že se někdo může terapeutem stát v 19 někdo v 60 letech... asi bych to věkem neohraničovala

Emilka a Zuzka pak ještě doplňují o hledisko konkrétního klienta a jeho měřítek a způsobu profesionální práce, které věk určují.

E: je taky důležitý pro práci s jakou skupinou... doprovázení je také může mít prvky psychoterapie... také záleží, co je to za člověka, co zažil... jaký má zkušenosti... spíš než s věkem... záleží na míře a na tom, jaký je to klient... nemyslím, že by 50 letý vězeň přišel za mladičkou holkou a svěřil se... ale záleží... záleží v jakém kontextu... pod jakou supervizí, jak je sám otevřený... a... myslím, že to souvisí... souvisí s množstvím praxe... třeba, když je někomu dvacet a pět let pracuje a někomu padesát a pracuje půl roku jako terapeut

Zu: Myslím, že to nejde omezit na věk... někdy terapeut, kterému je 25 let, k tomu bych šla, ten, který má 25 let praxi a k tomu bych nešla... je to o osobnostech, jak se střetneme ve věcech... není ideální věk... některým klientům vyhovuje mladší, některým starší... není to doslova ideální... ale u starších předpokládám zkušenost... ale to je asi jen předsudek, jak jsem si několikrát ověřila.

Tento pohled staví klienta jako středobod, který volí, co pomáhá a vyhovuje. Zde je opět zřetelný pro systemiku typický důraz na klienta, který je rovnocenným partnerem terapeuta a má možnost volby toho, co mu v terapii vyhovuje. Pomyslný kruh se uzavírá, protože tato kategorie souvisí s první zmíněnou, avšak z pohledu klienta. V první kategorii tak byl terapeut Tomáš pro svůj věk „odmítnut“, avšak bylo to proto, že dal možnost klientům zvolit, zda je pro ně vhodným terapeutem nebo ne.

4.7.5 IDEÁL SMĚŘOVÁNÍ – POZITIVNÍ I NEGATIVNÍ VZOR

K ideálu směřování také, kromě výše zmíněných charakteristik, patří vymezení vlastností, které by měl či neměl splňovat. V rámci této kategorie vymezují zvlášť pozitivní i negativní terapeutický vzor. Obě tyto složky znázorňují odděleně, protože jejich spojením by byla pestrost dat ochuzena. U některých vlastností uvádím přímé citace, které jsou dle mého názoru výstižnější než shrnutí do jednoho slova.

4.7.5.1 JAKÝ BY (MŮJ) TERAPEUT MĚL BÝT?

Charakteristika ideálu je vymezena dotazovanými jako představa, jaké vlastnosti by měl terapeut mít, popřípadě také tím, co dělá terapeuta terapeutem. V rámci této kategorie jsem kombinovala data z rozhovoru s daty získanými z ankety. Také jsem se inspirovala koncepcí osobnostních rysů BIG 5 (Oliver, Sanjay, 1999). Dospěla jsem k následujícím kategoriím, které shrnuje tabulka.

Charakterové vlastnosti a s tím související hodnotová orientace, morálka	(morální) bezúhonnost, zodpovědnost, dobrý člověk, pokorný, férový (<i>Pe: Ale zase z něj nechci dělat Mirka Dušína</i>), nehrát dvojí hru, nehrát si na něco, být vyzrálý po etické stránce
Otevřenost k okolí, všímavost, Respekt, láska	Respektující, trpělivost, tolerance k odlišnostem, odlišování „svého a klientova“, umět vyjadřovat své stanovisko, čitelnost, zájem o lidi, otevřenost zkušenostem, možnostem, otevřenost příběhům, láska, má rád lidi, má rád svou práci, schopnost učit se od klientů Jak uvádí Petr: <i>Pe: ... měl by mít rád lidi, zbytek je nezajímavej... podružnej... měl by mít rád lidi, být s nima... Musí loď přijet k tobě, skočit do té vody s nima a mít je rád...</i>
Otevřenost k sobě a znalost sebe sama	Ochota sebereflexe, práce sama se sebou (nejistotou), znát sebe a své hranice, citlivost na změnu vlastních

	<p>pocitů, vymezit sebe, znát svou osobnost, ochota měnit se</p> <p><i>Tom: znát své slabé stránky... znát rizika sám sebe... dokáže se reflektovat dobře... dokáže se dívat sám na sebe a svou práci... ale i odstoupit od sebe... ale to říkám, co by měl být.</i></p>
Dobromyslnost a příjemnost	<p>Lidský, empatický, pozitivní, láskyplný, laskavost, vytvářející bezpečí, přijímající, akceptující, pozitivní pohled na svět a lidi, spontaneita, veselý, optimistický, pozitivní naladění, milý, příjemné vystupování, smysl pro humor</p>
Intelekt a různé jeho dimenze, kognitivní styly	<p>Sociální inteligence (analýza vztahů), bystrý, chytrý, intelektuál, přemýšlivý, vidící souvislosti, selský rozum, schopnost myšlení, přemýšlivost, citlivost na změnu atmosféry, umět si všímat detailů, maličkostí</p>
Stabilita a zralost	<p>Stabilní, vyrovnaný, zvládání zátěže, sebevědomý, zralý, moudrost, sebeovládání, udržet se ve zdravém stavu, hlídat si duševní zdraví „být normální“, vnitřní vyrovnanost, uvolněnost, vnitřní stabilita, reagovat s rozvahou, vyrovnanost, klid, „být nad věcí“, nadhled</p>
Tvořivost	<p>Tvořivý, tvůrčí myšlení, inspirativní, pružný, mít nápady, být tvůrčí, schopnost improvizovat, „vymýšlet si svý“ na základě pravidel, kreativní ve slovech a významech „lingvistické hry“, flexibilita, nerigidita</p>
Odhodlanost, vytrvalost, vůle	<p>Vytrvalost, koncentrace, odvážnost, trpělivost, sebedůvěra (tj. důvěra ve svou práci „konání má hlavu patu“)</p>
Ochota učit se a motivace	<p>Zvědavost, ochota učit se, vzdělávat, reflektovat své chyby, motivace pomáhat, zvědavost, schopnost</p>

	rozvíjet se a učit se i ze všech zdrojů včetně svých chyb
Verbální a neverbální schopnosti	Málomluvný, verbálně zdatný, umění naslouchat, schopnost vyjadřovat se a mluvit, umí mluvit i mlčet, schopnost ptát se, vyjasnit sobě i druhým, vyjadřovací schopnosti, umět se naladit na klienta a jeho komunikační kanál

Tab. 14 – Jaký by měl terapeut být? - vlastnosti pozitivního vzoru (N.N.)

Za zajímavé považuji vymezení sebevědomí a sebedůvěry, kterou chápou někteří dotazovaní jako důležitou vlastnost terapeuta. O tomto aspektu jsme již hovořili výše u vymezení nynější pozice dotazovaných z hlediska jistoty. Zajímavé rozlišení těchto dvou konstruktů učinil Petr. Sebedůvěru chápe jako důvěru ve svůj přístup, v účinnost pomoci. Sebevědomí pak pojímá jako přesvědčení o tom, že je jedinec „dobrý terapeut“.

Pe: Je důležitá i sebedůvěra... měl by věřit tomu, co dělá, že to má smysl...ale to není to stejný, jako sebevědomí. Sebevědomí je, že si myslí, že je dobrý terapeut... Sebedůvěra je, že to má hlavu a patu a že věří, že ta celá věc někam vede. Ne, že si říká „Jsem dobrý doktor?“ Ale že můžu člověku pomoci... Je to víra v to, že celá terapie má smysl...

Jistota sebou a svým konáním je zdůrazňována také Hanou, která se sama s tímto aspektem potýká.

H: ... taky dává sebe... sebe... sebe, že si věřím sám sobě... je to dobrá míra... ne být úplně sebou jistý, to vede ... aby věřil, že dokáže lidem pomoci... může to být na škodu... jsem ve fázi, kdy se s tím potýkám... kdybych si více věřila, byla bych lepší... když klient přichází na konzultaci, musím věřit, že mu pomůžu

Jak bylo zmíněno v předešlých kategoriích, víra terapeuta v úspěšnost jeho vlastního přístupu s sebou nese větší záruku úspěšnosti terapie. Jedná se dle mého názoru jednak o potřebu druhému člověku pomoci, ale zároveň vstupuje do hry potřeba terapeuta být užitečný a posílit si své profesní sebevědomí. Podstatné pak je, jakou si najde mezi oběmi zmíněnými pozicemi rovnováhu.

Dan přidává koncepci odbornosti, kdy by podle něj měl terapeut být odborník. Sám však koncept odbornosti nemá jasně vymezen. Jeho otázky jsou spíše filosofického rázu, mohou reflektovat Danovu zkušenost z praxe, kdy je pro začínajícího terapeuta obtížné svou odbornost prokázat.

Dan: Dokázal by si poradit s multifaktoriálními etiologiemi problémů... třeba se závislostma a chorobami ... (není rozumět jakými) Rozuměl by více oblastem a zároveň by byl odborník na jednu, které by rozuměl víc. Byl by odborník na jednu oblast. A taky by byl schopen rozumět i těm problémům, které sám nezažil, které ho ve vlastním životě nepotkaly. Tu zkušenost by nepotřeboval. Jenže co to ta odbornost vlastně je? Jsou to ty tituly, lékařský plášť, cedulka na dveřích? jestli si jen nehrajeme na Boha...

V rámci vlastností, které by měl mít terapeut, na kterého by se člověk obrátil se svým problémem, pak dotazovaní opakovali výše uvedené vlastnosti v tabulce. Navíc však byla dodána specifika týkající se oblasti bezpečí a důvěryhodnosti prostředí jako je respekt, tolerance, lidskost, důvěryhodnost, spolehlivost, empatie, diskrétnost a „bude na mé straně“. Jako příklad uvedu Zuzku:

Zu: mmm... vlastnosti... já můžu říct, co je důležité pro mě... ta otevřenost, tolerance, schopnost tolerovat jiný názor... taky je důležitý, aby mi ten člověk seděl... ale ne úplně... no aby se mnou vnitřně korespondoval... taky by hrál roli jeho směr... takovýho bych chtěla mít terapeuta jako osoba, která jde na terapii.

Zde je vidět, že pokud se jedná o terapeuta, kterému se má konkrétní člověk svěřit, vyhledal by přirozeně terapeuta dobrého a důvěryhodného. Zajímavé je, že nikdo z dotázaných nezmínil jako vlastnost terapeuta, kterému by svěřil svůj problém, příslušnost ke konkrétní terapeutické škole či směru.

Z výše uvedeného je vidět, že dotazovaní mají koncept vhodných vlastností terapeuta propracovaný a vymezený nejen teoreticky, ale i ze zkušenosti, a to jak v roli terapeuta, tak i v roli klienta. Jako podstatné chápou kromě vlastností, kterými by se měl vyznačovat jakýkoliv terapeut bez ohledu na přístup, také vlastnosti vycházející ze systemického myšlení (jazykové hry, otevřenost příběhům).

Vzhledem k radikálně konstruktivistickému pohledu však osobnost jako taková neexistuje, jedná se pouze o konstrukt pozorovatele. Zachycení vlastností terapeuta by z tohoto úhlu pohledu mohli někteří zastánci systemického směru odmítat. V rámci odpovědí účastníků výzkumu se tak nestalo. Došli „společně“ k zachycení všech složek osobnosti – temperamentu, motivace a s tím souvisejícího charakteru a schopností, jak jsme viděli výše.

4.7.5.2 JAKÝ BY (MŮJ) TERAPEUT NEMĚL BÝT?

Negativní vzor pak tvořily opaky pozitivních vlastností, které shrnuje níže uvedená tabulka.

Charakterové vlastnosti a s tím související hodnotová orientace, morálnost	Touha po moci, lstivost a „být zlý“, vulgární, nemorální „hovado“, motivace převážně ziskem, manipulace k dosažení svého
Netolerance, přílišné „jasno“	Netolerantní, interpretuje a všechno ví lépe, „kartářky, které všechno ví a všemu rozumí“, je na všechno odborník, předsudky, jedině on stanovuje diagnózu a je expert na interpretaci člověka, zahleděnost do sebe, neschopnost dívat se na věc z více úhlů <i>Pe: Neměl by mít pocit, že je mu to jasné... jak říká Ivan „osvícené jasno“... je to pocit, že to znám... vždy se mi v hlavě rozbliká vykřičník... neměl by to být člověk, který chce lidi soudit... člověk, který ví vše nejlíp... líp než klienti...</i>
Nepříjemnost	Arogance, agresivita, direktivnost, hledání slabých stránek, nedostatků, „chladný profesionál“
Nedostatek intelektu a jeho dimenzí	„debil“, neinteligentní
Strnulost, neschopnost tvořit	Rigidita, krátkozraké vidění <i>Pe: Je problém, když to někdo seká jako Baťa cvičky</i>
Verbální a neverbální schopnosti	Neschopnost vést dialog <i>E: prosazování toho svého místo toho klientova...</i>

	<i>každý by si měl nechat své názory a ne to tam cpát... uměl by přistoupit na dialog nad tím... ne to tam cpát</i>
Labilita, Nejistota	Zbrkllost, nejistota, rychlý úsudek <i>D: nejistota a nepřesvědčivost asi by neměla být... když budu mít ten kouzelný klobouk a budu s ním zacházet opatrně a jen tak jemně s ním mávat... bude to míň fungovat... lidi tomu budou míň věřit... nejistota a opatrnost</i>

Tab. 15 – Jaký by terapeut neměl být - vlastnosti negativního vzoru (N.N.)

Vymezení negativního vzoru také přineslo nové dimenze. Přibývá ještě obecný koncept neodbornosti, kterou znatelně vymezují a kritizují Hanka a Petr, jak bylo uvedeno výše. Terapeut by neměl být neodborník, který „hádá z kávové sedliny“, neměla by to být „kartářka“ či „čarodějnice“. Vzhledem k tomu, že jsem se rozdílem neodborného a odborného přístupu k pomáhání zabývala dříve, zmíním zde jen ve zkratce, že odbornost terapeuta závisí na tom, kdo a jak ji posuzuje. Takovýto neodborník, jako je „kartářka“, je často chápán jako nebezpečí či „nevědecká“ konkurence terapeutů. Pokud je posuzován pouze samotný účinek intervence může být „kartářka“ dobrým pomocníkem člověka. Tuto činnost však vzhledem k prostředkům neoznačujeme jako psychoterapii. Terapie i sezení u kartářky „čarodějnice“ však může klientovi pomoci mnohdy stejně, avšak každé z nich jinými prostředky. Ne nadarmo jsem již výše uvedla, že terapie je jistým způsobem kouzlení.

Zuzka vztahuje negativní vzor terapeuta, kterému by se nechtěla „dostat do rukou“ příkladem z opačného konce než jsou „kartářky“ a tou je negativní vzor direktivního terapeuta, se kterým se na základě své zkušenosti setkala.

Zu: Co by mě vadilo, bylo by přílišná direktivnost... přesvědčování o tom, jak to je... neschopnost vést dialog... je to tak a tak a nejede přes to vlak... že by mě přesvědčoval, že jsem deviantní. Mně třeba v MMPI vyšlo, že jsem sexuálně deviantní... to je pak těžký... taky kdyby mě nutil do něčeho... co mám dělat jinak... to je tak a tak... mělo by to platit pro všechny... to by mi vadilo... také přílišná pevná přesvědčení o sobě a vážné psychologické interpretace o mně a mé skutečnosti a situaci...

Zde je vidět alternativa negativního vzoru ve formě vědeckého pozitivisticky zakotveného přístupu, který může klienty zbytečně škatulkovat. Terapeut pak může ke klientovi přistupovat s pocitem „osvíceného jasna“ a nedávat mu tak prostor pro rozvoj alternativ. Na to navazuje Vráťuv negativní vzor ve formě profesionála bez lidskosti.

Vr: Myslím, že lidskost, to je důležitá vlastnost, ne být chladný profesionál, který má znalosti, formální, který se tak staví, ale měl by mít dobrý vztah k lidem

Lidskost a přirozenost v terapeutickém působení je velmi důležitá a vytváří pocit bezpečí. Jak na jiném místě uvádí Bára.

B: ...vytvořit bezpečí a důvěru je nejdůležitější... vždycky ráda poruším pravidla, aby to bylo takový lidský.

Mnozí však negativní vlastnosti relativizují. Například Katka zmiňuje, že závisí na poměru dobrých a špatných vlastností. Negativní je jakákoliv vlastnost v extrémní podobě.

K: ... no řeknu to tak, že negativní vlastnosti by neměly převážet touhu pomáhat. no, když je někdo zaměřený moc na pomáhání... může to přestřelit a moc pomáhá... no není produktivní... No v podstatě je to jakákoliv vlastnost v extrémní podobě.

Podobně pohlíží i Pavla a Bára, které uvádí, že je důležité se s negativními vlastnostmi naučit zacházet. Tento postoj je velmi osvobozující. Podporuje sebereflexi terapeuta a napomáhá jeho profesnímu rozvoji. Bára uvádí příklad své vlastní negativní vlastnosti, se kterou se učí zacházet a reflektovat ji. Zde by velmi mohla pomoci sebezkušenost, která vede k většímu poznání sebe. O tématu zdrojů však pohovořím v pozdějších kapitolách.

Pa: Já si myslím, že můžeš mít spoustu vlastností, ale jde o to, zda je umíš v rámci sezení potlačit...

B: Jakákoliv vlastnost, která je negativní a je reflektovaná a pracuje se s ní, se dá využít...Mně někdy klienti naštvou... když už dlouho...dojde trpělivost... vím, že je můžu zranit slovem... Je to pro mě signál ozvat se... tak to prostě řeknu a uleví se mi... dá se to prostě využít...

Z výše uvedeného soudím, že v rámci nevhodných vlastností terapeuta je nebezpečné jakékoliv „osvícené jasno“, a to ať již ve formě nelidského profesionála vědce, tak také v roli

šarlatána, kartárky či čarodějky. Vždy je třeba zachovat si schopnost reflexe vlastního konání a kritičnost k němu. Jedině tak, podle mého názoru, můžeme zachovat svobodu možností svých myšlenek.

4.7.6 KAM A JAK SMĚŘUJI A JAKÉ TO TAM BUDE?

Tato kategorie navazuje na předchozí vymezení ideálu směřování. Zmíním se v ní o méně obecných, více specifických cílech směřování, tak jak se o nich dotazovaná zmiňovali. Souvisí do určité míry s výchozí pozicí, ze které respondenti hodnotí svůj potenciál rozvoje, stejně jako s vymezením vlastností ideálního terapeuta. Podobně se také pojí se zdroji terapeutického růstu, o kterých pojednám níže. Směřování je velmi individuální záležitostí, proto i kategorie, které vyplynuly, tvoří širokou paletu počínající potřebou vědět co dělat v terapii, přes hledání klidu, smyslu, pocitu užitečnosti až k usilování o individuální styl, který bude pro každého klienta ušitý na míru. Tyto kategorie jsem utvářela s ohledem na to, jaký terapeutický vzor si dotazovaní vybrali a jak zdůvodnili svůj výběr. Také částečně vyplynuly z nastínění směřování v rámci metafor knihy.

4.7.6.1 VĚDĚT CO KDY DĚLAT

V první kategorii se vyskytují Tereza a Hanka z počátku výcviku. Pojí se se snahou vědět, co v rámci terapie dělat, jaké techniky volit. Může plynout z počáteční neznalosti terapeutických technik a terapeutického procesu. Zároveň také z předpokladu, že se lze techniky naučit a vědět pak kdy kterou použít.

T: paní Fischerová, co dělá gestalt... umí říct věci ve správnou chvíli... něco se stane a pomůže ti to... Ví, co dělá a působí jistě...

Hk: ... hlavně ta její lidskost a ... to, že umí pomoci... a je pokorná... ví, kdy jakou techniku použít... to bych chtěla umět

Tento přístup se s rostoucími poznatky a zkušenostmi může vyvíjet dále. Může se ukázat, že techniky samy o sobě nestačí, že dokonce ani nelze předpovědět, kdy a na co, kterou použít tak, aby účinkovala. Z hlediska již víckrát zmiňované systemickým přístupem reflektované nejistoty a nemožnosti předpovědět účinky svých činů pak může vyplynout skepse k metodám a učení se řemeslu technik, jak uvidíme níže.

4.7.6.2 OTEVŘENÁ MYSL, NADHLED, NÁPADY, LIDSKOST, PŘIROZENOST, ÚSPORNOST

O krůček dál by bylo možné chápat snahu po nadhledu, otevřené mysli, přirozenosti, úspornosti a smyslu pro humor. Tyto schopnosti a vlastnosti byly většinou připisovány terapeutickým vzorům, které si jedinci volili (viz ukázky níže).

K: má zkušenosti a šílenej nadhled... klid a schopnost si z toho udělat prdel...a zároveň toho hodně ví a ví jak na ně... má nápady... to nemůže se začátečníkem fungovat... on má charisma... má sílu osobnosti... on je navíc Ivan k tomu lidský

Pa: V moudrosti, nadhledu... v tom, jakým způsobem... taky silou toho pohledu a uvažování...

P: Terapeutický vzor? (přemýšlí) Možná Ivan... je to otázka... mám ho rád jako člověka... viděl jsem ho jako v práci... má nadhled... ale je to těžký zformulovat do slov... A pak Tono Polák...

N: A v čem ten Ivan je vzor?

P: takový to ... nedělejte z toho Taj Mahal... je to o tom... mám pocit, že má ty lidi rád... snaží zachovávat si lehkou ironii a cynismus...Je to tam i intenzivně.

N: a Tono?

P: Tono Polák ten ve schopnosti přemýšlet... to byl lektor na gestaltu... kritizuje to, že člověk zapomíná, že klient je člověk... neopovrhoval lidma... Já kdybych to vzal na orgány, tak Ivanovo srdce a Tonův mozek

Kája zdůrazňuje schopnost být přirozený a „nefintit“. Právě přirozenost je často meta terapeutického umění, jak jsem zmiňovala v předchozí kapitole. Chovat se normálně a nenásilně tak, aby otevřená mysl přirozeně plynula. Tuto pozici však dle mého názoru nelze dosáhnout bez předchozí znalosti technik a postupů, které si jedinec zautomatizuje. Přirozenost se mi také pojí s klidem, který terapeut pociťuje v rámci sezení.

Kj: Vzor je Ivan. Líbí se mi. Je přirozenej a zároveň je vidět, že mu to pálí...je chytřej... nebere to vážně... on si tam sedne a normálně se baví... je přirozený a nenásilný...

N: hmm... a ještě někdo?

Kj: Ještě Beata Abrich se mi líbila... ta má rogerse, ona vlastně není arteterapeut, ale facilitátor... je to nenápadnej prvek, kterej pomáhá, dává materiál, nehodnotí, je podpora... prostřednictvím... a víš, že toho ví moc... je taková normální a „nefintní“

N: Nefintní?

Kj: (smějeme se) Nepřetvařuje se, je svá.

K terapeutickému u umění také patří úspornost. O té níže v úryvcích hovoří Martina, Bára a Katka.

M: Strašně se mi u Ivana líbí úspornost... já jsem moc ukecaná a dávám zbytečný informace... Ivan málo mluví s velkým efektem

Pe: ... snažím se z hodiny dostat maximum... často to ale hýbe čas... musím pracovat na trpělivosti...

B: V obecnějším kontextu... obecněji v pomáhání... připadá mi, že někdy dělám málo... malý a jednoduchý věci... když se připojuju a vzniká vztah, důvěra, bezpečí... že se cejtim tak... no... ee... mm.asi v tom... já nevím, jak to říct... že dělám něco, co lidi potřebujou... že na někoho přirozeně šáhnu, že je mu příjemnej dotek... tak stačí, když to takhle potřebují... a když někdo potřebuje deset sezení mluvit o svém synovi, jak je závislej na drogách... a stupňuje se to do nějakého bodu... všechno mi připadá jako terapie a pomáhání... asi na začátku vztahu si připadám jako terapeut... vytvořit bezpečí a důvěru je nejdůležitější... vždycky ráda poruším pravidla, aby to bylo takový lidský. Jsem zastánce rčení, že někdy míň je víc.

Zásada, že někdy stačí málo, je velmi často reflektovaná v rámci výcviku. Mnohdy začínající terapeuti mají snahu dělat více a nejsou spokojeni s malými kroky či úspěchy. Souvisí to dle mého názoru s potřebou pocít'ovat užitečnost svého působení. Tím, že terapeut vidí „plody své práce“, má pocit, že klientovi pomáhá. Je to přirozená potřeba, avšak je třeba dát pozor na to, nakolik je tempo odpovídající a vyhovující nejen pro terapeuta, ale zejména pro klienta.

Výše zmíněné souvisí s časem, který mnohdy léčí více než složité zásahy ze strany terapeuta. Pokud si vypůjčím termín od jednoho svého kolegy, je třeba použít „chronoterapii“ neboli léčbu časem. Často také může nečinění („činění v nečinění“) a volný průběh věcem a času pracovat „za terapeuta“, jak uvádí Kateřina.

Kř: Za první lidská bytost, za druhé... někdo, kdo je rezonanční plochou klienta... to bych viděla jako ideál... takové wu-wej – činění v nečinění... znovu čtu Pratchetta – Bábu Zlopočasnou... magie je, jak ji nepoužít... vědět co nedělat, to se mi v životě vyplatilo... profesor Jiránek říkal, že člověk má vědět, kdy má odebrat léky a tím se vyhnout dalším 50 příznakům, které to přináší... umět neléčení... křesťanská morálka říká, že nejhorší je dát ruce pryč... nechat jednat boha... je to

N: Takže to znamená, že by měl umět nekonat, nečinít?

Kř: Je to koncept moudrosti... nechat věcem volný průběh... lékařsky primus non nocere... nebo jako bojovník – když nevíš, co dělat, nedělej nic... také je důležitý trénink... jo, je to má snaha být aktivní při co nejmenším výdeji aktivity...

Obdobně i klid a jistotu konání lze chápat jako schopnost spadající do „terapeutické vyšší školy“. Zejména pak proto, že systemika klade paradoxní předpis pomáhat, aniž bychom dopředu věděli, co naše jednání způsobuje.

E: jeho klid... upřímnost... a... eee... možná přirozenost... ne jen techniky, který užívá, ale že je přirozený... taky dr. Macáková, že si jí vážím...v něčem zase... není to tak, že je to vzor... jde to těžko popsat... ale jo... dejme tomu, že je to vzor... chtěla bych dosáhnout takovýho klidu... takové jistoty...jo, jistota to je... jistota v tom, co dělají... jak to chtějí dělat... dokážou... že ví, proč to dělají... všichni mají určitým způsobem jistotu... každý jiným způsobem... jako klienta mě to ale štve, když je moc jistý terapeut, takže záleží, kde v tom jsem...

V rámci tohoto stádia se již odhlíží od technik, jako důležité se spíše bere celková forma terapeutického působení. Důraz je kladen na lidskost, přirozenost, úspornost, klid a jistotu. Naučit se vést terapeutické sezení a naplnit při tom všechny zmíněné charakteristiky je velmi obtížné a dle mého názoru to vyžaduje praxi a velmi vyvinutou schopnost sebereflexe.

4.7.6.3 VYVINOUT SI VLASTNÍ STYL, UŠÍT PŘÍSTUP KLIENTŮM NA MÍRU

Za další stupeň terapeutického umění lze chápat schopnost překročit pravidla a být schopen vytvořit si vlastní styl.

K: vymýšlet na místě... jak to přijde... vlastně na základě pravidel vymýšlet něco svýho... To se mi líbí... to je fakt boží...

Jak jsem již zmiňovala výše, vlastní styl nelze vyvinout bez nutných základů. Pokud bych si vypůjčila Hanino přirovnání, jedná se o růži, která má základy, techniky (stonek, poupě) a nyní je třeba rozvíjet dále (nechat rozkvést lístečky).

H: systemika mi dala myšlení... prostřednictvím klientů jej cvičím... na základě toho si chci udělat svůj styl... mám takovou fantazii, že to chci fakticky klientům ušít na míru...

Na jiném místě:

H: ... první sebezkušenostní výcvik a zároveň škola, to je uzavření minima... teď je to o rozvoji toho stylu... teď je to na mě, abych se rozvinula... poupě růže, aby to mělo stonek a květ a teď se budou rozvíjet lístečky

Vlastní styl je pak zastřešený systemickým myšlením. Lze do něj integrovat i postupy z jiných směrů a pojetí než systemických tak, aby bylo možné ušít klientovi přístup na míru, jak to dělal například Erickson. O představě ušít klientovi přístup na míru hovoří níže Petr, Vladka a Hana.

Pe: abych mohla ušít klientovi přístup na míru... zkombinovat psychoanalýzu, gestalt, systemiku... zakomponovat to do práce, i když ne celý... vzdělávání, to nikdy nekončí... vím, že se to dá dělat lépe...

V: Hledání vnitřní síly“... to je trochu z jiného soudku než systemika... je tam terapie orientovaná na tělo... chci se obohatit, víš? Chci se naučit pohybovou terapii... arteterapii... a doplnit si to takhle... protože nejen ta systemika, ale i to ostatní mě láká.

H: Ale je tam se mnou ještě jedna terapeutka... ona je přes něco jiného... psychoanalytička... ale oni se diví, jak to jde dohromady, ale my máme společný

letáčky a stránku a budeme se myslím obohacovat... .vzájemně... tím, i že je to jiný.

O vytváření přístupu, který padne klientovi na míru jako pávě pro něj ušitý kabát, se začalo hovořit na výcviku v pozdějších fázích, což je vidět i z odpovědí dotazovaných, kteří vesměs pocházejí z pokročilých stádií výcviku. Také schopnost otevřít se jiným směrům chápu jako znak pokročilého terapeutova stylu s vyvinutou schopností reflexe. Integrativní přístup, který je zastřešený systemickým myšlením je mi blízký. Souvisí také s tendencí k celoživotnímu učení, o které pohovořím později (4.7.9).

4.7.6.4 BÝT UŽITEČNÝ, DĚLAT SMYSLUPLNÉ VĚCI, SOULAD V ŽIVOTĚ

Tuto kategorii chápu jako ještě nadřazenější kategorii nebo „meta-pohled“ na terapeutickou práci, který odhlíží od technik a postupů a zdůrazňuje spíše „umění“ nad řemeslo. Umění pak s sebou nese smysluplnost a užitečnost konání a následný pocit spokojenosti. Jak níže uvádí Vráťa, nad technikami a postupy stojí právě motivace a užitečnost.

Vr: je o trochu víc uměním, než řemeslo a osvojení si technik a postupů... je to v tom člověku, že něco chce dělat a myslí si, že může být užitečný svému okolí

Jinde pak:

Vr: V té poslední kapitole, v té třetí třetině, jak jsem o ni mluvil... tak... ee... mým cílem je větší životní spokojenost... větší užitečnost a smysluplnost toho, co dělám... a taky věci, které nejsou závislé na věku, i když jsem v důchodovém věku... když v něm budu, tak se budu věnovat psychoterapii... je to něco, v čem mohu pokračovat pokud to půjde... hlavně pocit osobní užitečnosti, prospěšnosti... osobní spokojenosti

Hovoří také o svém plánu na smysluplné směřování života a terapie.

Vr: Já mám takový plán do budoucnosti... daleké... že bych si chtěl otevřít vlastní praxi... svoji vlastní praxi... zatím jsem začal s těmi živnostáky na 2 roky a pak zase ... teď bych chtěl nasbírat zkušenosti a otevřít si praxi... a pak bych to chtěl rozšířit...

Stejně tak Bára jako hlavní uvádí, aby ji terapeutické konání bavilo a dávalo smysl. V tomto konkrétním případě navrhuje prostředek k dosažení tohoto cíle, a tím je větší praxe a soustředění se na rodinu.

B: Mně dělá terapeutem to, že mě to baví a dává smysl... kdyby mě to nebavilo, tak nevím... když jsem unavenější, je energie míň... když jsem sama sebou... to je terapeutické kontext, tak si připadám, že to mě dělá terapeutem... že reaguju na toho klienta s chutí

Na jiném místě:

B: Směřuju k tomu, abych měla tolik odvahy, abych praktikovala víc... jako zaměstnání víc... ne finanční jistota... abych byla pánem a užívala se... to je ta praktická stránka... abych míň potřebovala supervize a vedení... budu praktikovat pár let, dodělám výcvik... třeba i za několik let... potřebuju životní zkušenosti... mít děti... věnovat se rodině... i to je přínos, abych byla dobrý terapeut... mám radost, dává mi to smysl, když se to propojilo... chronicky nemocní lidé... jako terapeut potřebuji naplnit své uplatnění... když to udělám, tak se posunu na škále dál... moje osobní štěstí bude větší a tyhle věci... abych se o sobě poznala i v osobní rovině, nejen profesionálně.

Přirovnává „úchylku“ pomáhat k jakékoliv jiné životní vášni. Připouští, že směřování bude trvat delší dobu a bude náročnější. Tuto představu pak může mít zejména proto, že si stanovila cíl vyšší a obecnější – naplnění života.

B: Asi jako na té škále... těžko říct, ale zda se nová kapitola bude psát pomaleji... jo, myslím, že se stánky budou psát pomaleji, bude to těžší a těžší psát je... jak to říct... já si myslím, že terapeutická práce, pokud je životopis, tak další krok teprve, hůře než na začátku... pro mě bylo důležité přikoupit k úchylce pomáhat, to je ono... někdo má radost z toho, že jezdí na motorce, někdo, že pomáhá... někdo postaví nový dům a má krásnou zahradu... to by pro mě bylo osvobozující... já vím, že někdo myslí, že bych měla být jiná, ale já jiná nebudu, i když se budu vyvíjet... jako spisovatelé a umělci se toho taky nevzdají...

O rozhodování se o ohledně směřování a naplně dalšího života hovoří Petr. Sám by také rád naplnil ideu smysluplnosti svého konání.

P: ... možná umět se zastavit, číst o těch věcech, dělám to z rychlíku všechno... No, do jaké míry se chci věnovat právě terapeutické práci...

Podobně Zbyněk, který soudí, že v životě chce být dobře placen za dobrou práci.

Zb: No asi větší peníze... zní to blbě, ale já jsem motivovanej penězma.

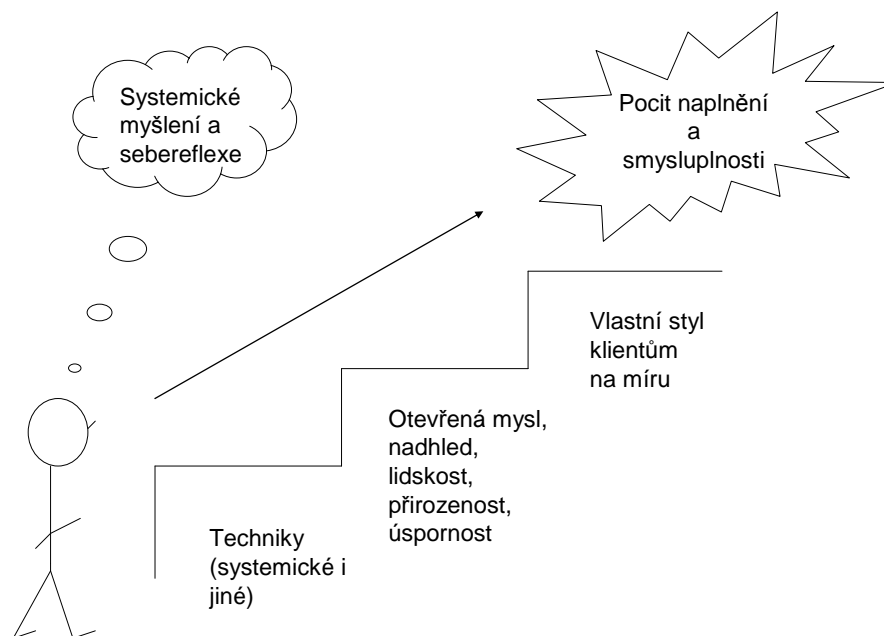
N: Aha. Takže kdybys měl víc...

Z: Já nechci za ty peníze, co mám dělat víc. Mám spoustu nápadů, ale proč to za ty peníze dělat ve volném čase? No po práci mám... no po práci na ni myslím... prostě dělám ve školství. To se pak tolik člověk nesnaží. Já až budu dělat jinde, třeba sám na sebe, to. ... to teprv bude.

Z: ... Já sebe vidím jak sedím a jsem dobře placený za dobrou práci... no člověk musí být z něčeho živý... Pročítal jsem teďka Hospodářský noviny dneska a tam byly ty dobře placené věci jako management a personalistika... a taky příběh o někom, kdo se vypracoval, kdo poznal celý svět a teď si žije... Já bych si představoval nějaký coachnig, kterej bych mohl dělat...

V této, již poslední kategorii, je dle mého názoru zřetelná lidská potřeba po smysluplnosti a naplnění životního poslání a životních cílů. Právě z tohoto hlediska je možné terapeutickou práci chápat jako poslání, jako celoživotní motto či cíl.

Hierarchii směřování v rámci terapeutické práce, o které výše hovořím, shrnuje následující schéma. Znázorněna je systemická reflexe a způsob myšlení, které vedou přes techniky, otevřenou mysl, přirozenost k vlastnímu stylu terapeuta. Na vrcholu stojí pocit uspokojení a smysluplnosti práce.



Obr. 14 – Směřování k vlastnímu terapeutickému stylu (N.N.)

4.7.7 PROCES SMĚŘOVÁNÍ – LZE SE TERAPII NAUČIT?

Nyní jsme opustili vymezení ideálu směřování a budeme se věnovat samotnému procesu. V rámci směřování si lze klást otázku, zda se vůbec terapii lze naučit nebo k ní člověk musí mít vrozené předpoklady. Dotazovaní se pohybovali v rozmezí názoru, že se terapeutickou profesi naučit lze, přes postoj kombinace vrozených vloh a získaných dovedností k nemožnosti se terapii naučit. Diskutován je také rozdíl mezi naučeným přístupem a přístupem založeným na kouzlu vrozených dispozic.

4.7.7.1 DÁ SE NAUČIT, ALE VYZNAČUJE SE PAK PŘÍSTUP LEHKOSTÍ A UMĚNÍM?

První pozice připouští, že se terapii lze naučit (ať již výcvikem nebo životními zkušenostmi).

Zu: myslím, že se to dá naučit... vrozený to není... může to otevřít výcvik... můžeš si na to přijít... zkušenostma... můžeš si na to přijít... nejsou to nutně vrozené věci.

Diskutováno však je, zda se při naučeném terapeutickém umění nevytratí lehkost. Zda není přístup pouze „vydřený“. Petr užívá přirovnání atletiky a vzpírání, kde je právě rozdílem lehkost a ladnost v kontrastu s dřinou.

P: Tam, kde nic není, tam to moc nevylepšíš. Tam je talent nebo vrozené schopnosti... Já použiju takovou metaforu ze sportu... vzpírání je 100% dřina... ale atletika je, kde je dřina fajn, ale pohyb nadání... a v krasobruslení je to 50 na 50...

N: Je, to je hezký.

P: Spousta věcí se dá naučit... jde to, někdo lehce, někdo to má vydřený... Je důležitý, zda je tam ta lehkost... jako v atletice třeba... Jak jsi mluvila o těch vlastnostech předtím v té otázce, tak to se nenaučíš... to už jsi tak postavila i ty... vlastnosti se nenaučíš.

Jiní zdůrazňují, že při naučeném přístupu chybí „drajv“, motor, náboj.

M: Vrozený je terapeutický smysl, když ho člověk má... ale i dost se dá naučit...ted' třeba na výcviku vidím, že někteří kolegové a kolegyně to mají vydřené... ale chybí jim třeba drajv, kterej je vrozeném... je to vrozený, ale i naučit se to dá.já bych udělala takový kompilát obou

Podobně Vráťa zdůrazňuje nejen naučení se technik, ale i umění terapie.

Vr: ... z formálního hlediska by měl absolvovat nějaký výcvik, sebezkušenost... kontakt s kolegy... po formální stránce... ale to samotné terapeuta nedělá... je to v motivaci... v osobním přesvědčení... že může a chce pomáhat a ví, proč to dělá... беру to nejen jako povolání, ale i poslání... zároveň si myslím že psychoterapie, i když je tam řada technik a metod, je uměním... je o trošku víc uměním, než řemeslo a osvojení si technik a postupů... je to v tom člověku, že něco chce dělat a myslí si, že může být užitečný svému okolí

Terapeutické umění také může souviset se schopností tvořit na základě pravidel vlastní postupy a dovést tak pouhé řemeslo do tvořivé a estetické pozice umění. Rozlišení mezi řemeslem a uměním poukazuje na to, že kvalita terapeutů se může lišit s ohledem na další

aspekty než je výcvik. Právě postoj, ve kterém je vidět potřeba nějakého náboje vede k myšlenkám o vrozených předpokladech vykonávat tuto profesi, které zmíním níže.

4.7.7.2 LZE ROZVÍJET VROZENÉ VLOHY, TALENT, „DAR OD BOHA“

Tento přístup je podobný výše zmíněnému, navíc však je zdůrazňován talent či vrozené vlohy. V rámci této představy jsou určité věci, které se naučit lze, ale jiné ne, ty je možné jen rozvíjet. Podívejme se na citáty Hany, Terezy a Pavly, které o tomto hovoří.

H: myslím, že někdo má dar psychoterapie v sobě a rozvíjí si ho a klidně i v 35 letech... má dávku empatie a podobné vlastnosti... to rozvíjí... No, třeba komunikace ano...

T: Dá se to naučit... ne úplně, ale rozvíjet... jsou lidi, který to uměj přirozeně... no jak co... jak jakej směr... když je to o technikách... když je to o technikách... výsledcích... i když to v sobě nemáš, tak se nějak naučíš... tam kde je to víc do hloubky, tam je to potřeba mít to v sobě...

Pa: vrozený nebo naučit? Částečně vrozený, částečně naučit, já myslím. na jednu stranu je to vrozený, na druhou se to dá naučit... i člověk, který se chová necitlivě se to může naučit... začne uvažovat jinak když není debil. (směje se)

N: (směje se) Co myslíš tím debil?

Pa: Pokud není úplně hloupej, tím myslím.

Na kombinaci vrozeného a získaného poukazuje Emilka a Zbyněk. Zbyněk navíc ještě přidává faktor náhodnosti, která určuje, zda se jedinec k terapeutické práci vůbec dostane.

E: Ani jedno z toho... je to kombinace obou... nedá se to takhle říct... jedno bez druhého může být, ale není to správně... musí být přítomný obě části.

Z: No, tos mě dostala... (směje se) obojí... no že je to i vrozený i získaný. Je důležitá osobní zkušenost, byly by to asi tři faktory... Není to jen vrozený, ale i osobní zkušenost jako události v rodině, intenzivní práce na sobě samém... a studium filosofie... studium je taky sebezkušenost... A k tomu faktor náhodnosti...

N: Náhodnosti... jak to myslíš?

Z: Náhodnost, že tě život do toho namočí... no výcvik tam tak je... ten tě naučí hledat zakázku.

Tomáš a Kája zdůrazňují, že se dle existence talentu nebo předpokladů liší míra, se kterou se lze terapie naučit. Pro někoho jsou díky předpokladům, talentu a nastavení způsobu myšlení terapie bližší a snáze tak z učení čerpá.

Tom: myslím, že se to dá z velký míry naučit, myslím, že je to i otázka talentu... ně každý se může stát terapeutem... pro někoho je to těžší... tu práci dělat.

Kj: Myslím, že vrozený to není, že mají lidi větší dispozice. Může to získat člověk, jak roste... nemusí ale být z takový dobrý rodiny... může mít blbou rodinu... vrozený to není...K tomu prostě má někdo blíž a někdo dál... ani o temperamentu to není... lidi z výcviku mají různej temperament... Souvisí to s vlastnostma... naslouchat, zajímají ho lidi... více než člověk, kterej se zajímá o nesmysly... už v patnácti letech ho třeba zajímají lidi... ten by k tomu třeba měl blízko...

Katka i Vladka tento talent či vlohy nazývají „dar od Boha“, který pak lze rozvíjet v rámci vzdělání a učení.

V: Je to talent od Boha... ale zda druhé se v tom dá dost zdokonalit... musí mít vlohy a rozvinout je.

K: No, samozřejmě vzdělání. Myslím tím psychoterapeutické zkušenosti a výcvik... No ale to nestačí, musí k tomu mít osobní předpoklady...Jak říká Dan, že někdo je Bohem obdarovaný...má něco co druhej nemá...

S tímto postojem Káji a Tomáše se ztotožňuji nejvíce. Nechává stále možnost se umění terapie naučit, ale ukazuje limity, které nese osobnostní nastavení a dispozice člověka. S tímto dle mého názoru souvisí též jakási „předurčenost“ jedince pro ten který terapeutický přístup a směr vzhledem k tomu, jaké schopnosti a vlastnosti jsou u něj zásadní.

Někteří, například Hanka, však soudí, že se sice terapii lze naučit na základě vrozených předpokladů, avšak některé kolegy považuje za „ztracené případy“, kterým výcvik a učení nepomohou.

Hk: Myslím, že se to naučit dá. Jsou pro to nějaké předpoklady, ale naučit se to určitě dá. No ale, když o tom přemýšlím, i když nějaký lidi z našeho výcviku, budou chodit na výcvik a vychodí ho... stejně pak nebudou dobří a budou ubližovat...

Katka tento postoj relativizuje, protože tvrdí, že se hodnocení liší dle toho, kdo kvalitu terapeuta posuzuje. Jako měřítko chápe užitečnost terapeutické práce pro klienta.

K: Já si říkám, že někdy nám třeba dobřej nepřipadá, ale pro klienta dobřej je... může pro ně být užitečný...

N: Takže záleží na tom, kdo to posuzuje

K: No, je to relativní... posuzujeme to my z výcviku a nebo klient... Je to fakt relativní, co pomůže... Někdo je terapeut dobrý jaký je, je tam lidská deviza... no a někomu vzdělání nepomůže... Někdy ale klientům stačí, když terapeut odhrká, co se naučil... ta užitečnost je ze strany klientů... nestačí jen vzdělání... je milion kritérií.

K tomuto přístupu se kloním i já. Soudím, že vzhledem k individuálním potřebám a měřítkům klienta lze těžko stanovit, zda daný přístup, který se může jevit jako „pouze naučený“, klientovi pomůže či nikoliv.

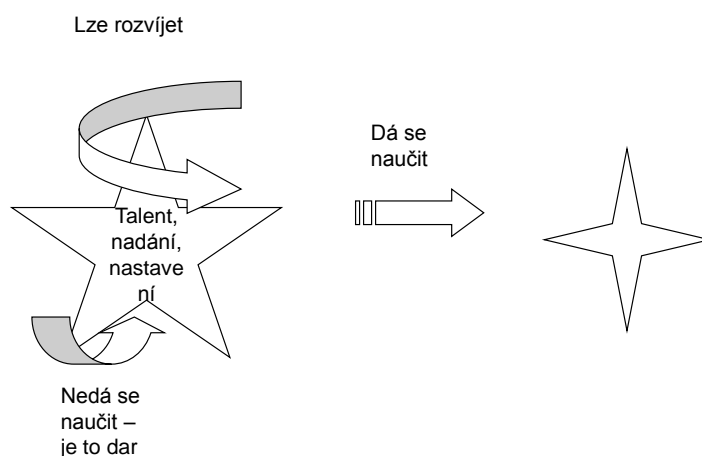
4.7.7.3 NAUČIT SE TO NEDÁ, JE TO VĚC NADÁNÍ

Poslední přístup je velmi extrémní. Chápe terapii jako činnost, která vzniká na základě vrozeného daru, nadání, bez kterého nelze terapii vykonávat. Chápu jej jako zvýšený důraz na talent pro terapii, nikoliv jako snahu omezovat terapii pouze pro „vyvolené“ s talentem.

Dan: Myslím, že se to naučit nedá. Musíš mít ten dar v sobě. Je to takové vnitřní, talent bych řekl. Musíš to mít v sobě. Psychoterapie je umění, terapeut musí být umělec, musí mít něco v sobě... musí být nadaný, nejen se naučit teoretické základy jako kliniku nebo osobnost...

Pe: člověk schopnej reflexe, to je absolutní základ... buď takovej je nebo není... a to Tě nenaučí žádný výcviky... znám lidi s výcvikem... Jungiáni, ale stejně bych se je bála pustit na klienta... lidi, které zajímá jejich příběh... otevřenost vůči příběhům, naladit se...

V rámci shrnutí předchozího jsem vytvořila schéma. Ukazuje pozici, že na základě talentu je možné terapii rozvíjet. Je znázorněna také pozice, která hlásá, že se terapii naučit nelze. Ne příliš tvarově povedená hvězda na pravé straně značí možnost naučit se terapii, avšak poukazuje také na nedokonalost tohoto výsledného tvaru, pokud se terapii učí jedinec bez talentu.



Obr. 15 – Lze se terapii naučit? (N.N.)

Po rozboru směřování k ideálu se nyní budu věnovat tomu, co nebo kdo v rámci procesu stávání se terapeutem slouží jako zdroj pro rozvoj směrem ke stanovenému cíli. Zaměřím se nejprve na minulé, posléze na současné a budoucí zdroje s vědomím toho, že jsou vzájemně velmi pevně propojeny. Zdroje z minulosti mohou neustále jako zdroje přetrvávat do současnosti a posilovat dotazovaného i nadále.

4.7.8 MINULÉ ZDROJE – KDO /CO A K ČEMU POMOHL/O?

V rámci minulých zdrojů byly nejčastěji zmiňovány výcviky, vzdělání a praktická zkušenost. Za další minulé zdroje byly považovány životní zkušenosti a s nimi spojené sebepoznání a sebezkušenost. Kromě samotných zdrojů také uvádím, k čemu dotazovanému

sloužily a pomohly. Tato podkapitola je důležitá z hlediska průvodce, který podporuje hledání zdrojů pro začínajícího terapeuta³³.

4.7.8.1 VÝCVIKY A VZDĚLÁNÍ JAKO ZDROJ NÁSTROJŮ, NÁVODŮ, SEBEROZVOJE

V rámci výcviků a vzdělání mnoho dotazovaných oceňovalo návody a cesty, jak pracovat s jednotlivcem, skupinou. Dané výcviky jsou pouze dílčí, a proto se k nim pojí pouze dílčí dovednosti a návody. Pro dotazované byly mnohdy prvními setkáními s přístupy ke klientům. Zmíním zkušenosti Terezy, Hanky, Petra, Pavly, Vráti, Tomáše a Emilky.

T: Tak mám iniciační výcvik, je jako Rogersovský, to mi pomohlo se naučit vést rozhovor...

Hk: Ta prevence to je jasný, to byla práce se třídami, krizovou intervencí taky někdy použiju... jako co dělat když k tomu dojde... a taneční terapie, to bylo spousta nápadů, tvořivosti, to jde užít ve skupinách taky.

Pe: Relaxačně-imaginativní terapie, Ostrov rodiny, prevence sociálně patologických jevů v křesťanské ped psy... výcvik v mediaci... práce s krizí a tělem... to je výborný... to občas používám... a primární prevence

Pa: Mám dětskou krizovou intervencí od Linky bezpečí a pak nějaký školení o anorektických a bulimických... a pak ještě sociální práci

N: aha a k čemu to bylo?

Pa: No jako, jako co s dětma... co s nima dělat.

Vr: jiné výcviky? Asi ten sociálně psychologický výcvik je důležitý pro práci se skupinou jednoznačně... jinak psychoterapeutické výcviky nemám kromě systemiky, kterou děláme spolu.

Tom: Dělal jsem TKI... a dva nějaký arte kurzy... jak kratší... a myslím si, že... jo a kurzy k psychologickému koučování... teď jsem k tomu začal výcvik a připadá mi to dost užitečný a blízko... tak asi tak... tech kurzů všechno

³³ Viz příloha 8.

E: Mám krizovou intervenci, prvky z toho používám tady... to bylo 100 hodin... pak peer programy... skupinově dynamické... tam jsem se naučila dělat motivační rozhovory... když mi bylo 16 let... To je asi tak všechno, hlavně teď výcvik.

Další dotazovaní zmiňují nejen získání nástrojů a technik na základě výcviků, ale sebezkušenost, prohloubení sebereflexe, práci na sobě a introspekci. Mnohé z těchto školení a výcviků jsou laděny sebezkušenostně a umožňují tak reflektovat a zažít terapeutický proces i z druhé strany – ze strany klienta, jak uvádí Kája, Kateřina a Zuzka.

Kj: Mám dvouletý výcvik Beaty Albrich, arteterapeutický, sebezkušenostní skupinu. Pak jsem dělala... to bylo dobrý... Mandala života. Byl to taky sebezkušenostní výcvik, takovej filosoficko-psychoterapeutický... ani teď nevím co bych k tomu přidala... Naučila jsem se práce s klientama a taky nějaký moje věci. No a taky taneční terapie, co jsme dělaly spolu.

Kř: Mám homeopatický kurz v rámci London School of Homeopathy... pak mám systemický komplexní přístup... na klienta orientovaný... učím se říkat člověku, že není blázen... předtím jsem si myslela, že nejvíc umím, a že druhý je blázen... no, taky jsem si četla Watzlawicka... takže i to studium Watzlawicka... Sebereflexe... to strašně pomohlo... také k získání nástrojů.

Z: No mám jeden rok arterapeutický práce se skupinou...a pak nějaký ty kurzy zážitkový, co jsme měli na škole na husitský teologický... tak ... no takový ty různý zážitkový věci, jako arte, muziko terapie a tak jako... To jsem se naučil ty techniky různý...(přemýšlí) a taky studium fakulty... tam hlavně filosofie a teologie... jako jak to ti lidi měli srovnaný v hlavě... no klasický humanitní vzdělání.

N: Hmm. Takže vzdělání...

Z: No, filosofický východiska těch věcí, jak je viděli a pojímali... No a osobní filosofie člověka... to je taky důležitý, jak vnímá život.

Mnohé z těchto dílčích dovedností jsou pro dotazované stále užitečné. Mnohdy se také týkají konkrétních směrů práce, kterou kromě terapie jedinci vykonávají. Mohou také v budoucnu doplnit repertoár užívaných metod a technik. Chápu je tedy jako stále významné zdroje

terapeutické kompetence. Důležité je, jak jsem již víckrát zmiňovala, umět tyto naučené postupy a techniky začlenit do celkového systemického rámce práce prostřednictvím sebereflexe. Také sebezkušenost a zamyšlení se nad vlastní životní cestou patří k významným zdrojům terapeutického růstu.

4.7.8.2 VÝCVIK ISZ „UMĚNÍ TERAPIE“ JAKO STUDNICE PRO TEORII I PRAXI

Byl zmiňován také výcvik v rámci ISZ a jeho přínos, avšak vzhledem k tomu, že se jedná o zároveň zdroj současný, zmíním jej podrobněji později (4.7.9). Na tomto místě uvedou to, co výcvik v rámci ISZ přinesl – základy, ujasnění, techniky, teorii, „systém víry“, setkání s lidmi, důraz na praxi a směřování do praktikování. Posledně zmíněný přínos výcviku naznačuje další skupinu zdrojů, kterou je praxe, o které pojednám níže. Schéma všechny zmíněné přínosy (minulé zdroje) výcviku ISZ shrnuje.



Obr. 16 – Přínos výcviku Umění terapie v rámci ISZ jako zdroj terapeutického růstu (N.N.)

Je vidět, že výcvik může dávat možnost propojit si předchozí zkušenosti s výcviky, s teorií, s prací s klienty. Je tedy stěžejním výchozím bodem pro další terapeutické směřování. Jedná se také o prostor vymezení terapeutické identity, jak uvádí Tomáš. Užívá přirovnání osvojování a vžívání se do role terapeuta k vyšlapání si nových bot.

Tom: Na desítku mě dostalo to, že jsem tu práci začal dělat... získal zkušenosti postupem výcviku... že jsem si osvojoval techniky a postupy, že jsem se vžíval do té role... jako když si koupíš nový oblečení nebo boty... musíš si to vyšlapat... je to nový, hezký, zajímavý, ale než je to Tvoje... tak si to musíš vyšlapat... to výcvik umožňuje... pomohlo mě taky, že jsem v rámci výcviku viděl, jak ostatní lidi pracují... jestli tohle je terapie, tak jaký je rozdíl mezi tím, co dělám já a co dělají oni... musím mít pocit, že to dělám, že to dělá dobře... pozitivní feedback od lidí... také lidé jako psychologové, kteří se nedefinují jako terapeuti, ale já jsem viděl, že je rozdíl z hlediska kompetence a vnímání... to mě pomohlo k tomu, že jo...

Osvojování si role terapeuta chápu jako osvojování si jakékoliv profesní role, do které jedinec vstupuje. Právě výcvik je bezpečným prostředím k tomuto důležitému úkolu na profesní cestě. Bez identifikace s rolí terapeuta by dle mého názoru nemohlo dojít k terapeutickému působení.

Na závěr této sekce uvedu citáty Zuzky a Báry, které dle mého názoru, trefně shrnují minulé přínosy výcviku.

Zu: Hodně mě tam dostal výcvik... třeba ty věci, o kterých se bavím s klienty, ujasňovat si to... a ty techniky... samozřejmě... taky ten systém víry... ten výcvik je základ... jdeš do toho vztahu tak, že máš představu, víru, že by to tak mělo být... učíš se co a jak... že se neplácám jako... vzpomínám si na konzultace bez výcviku... to bylo vaření z vody... linie kam směřovat a z čeho čerpat... to mi výcvik dává... mám čeho se chytit... mám záchytné body... že se jen tak neplácáš... netopíš... drží tě to v nějaké linii... jde o to, že díky výcviku mám pocit, že vím, co dělat a kam směřovat...

B: pomohlo mi to najít a uvědomit si, co je to dobrý, ale ... až na výcviku jsem našla to ono, díky tomu si to spojuji...

4.7.8.3 ZKUŠENOSTI Z PRAXE VEDOUcí K SEBEREFLEXI, SEBEROZVOJI, ROZVOJI PRÁCE, K INSPIRACI

Zkušenosti z praxe psychoterapeutické i jiné, jak již bylo výše naznačeno, jsou dalšími zdroji pro směřování k rozvoji terapeutického umění. Tyto zkušenosti vedly dotazované k sebereflexi, k rozvoji práce na sobě a k inspiraci.

Například Tereza hovoří o zkušenosti z Linky, která byla první praxí, a kde si osvojila dovednost formování zakázky. Tato zkušenost také vedla k introspekci a práci na sobě.

T: Zkušenost z linky... naučila jsem se poslouchat, být trpělivá... nechovat se jako normálně, zjistit jaký problém s tím má... no prostě na úrovni formování zakázky... jako, že teď vím, v čem to je.

Plus práce na sobě, na introspekci... sebereflexi, dospívání... že jsem si něčím prošla... a snažím se pochopit o čem to je...

Podobně pro Katku byla telefonická krizová intervence prvním významným vhladem do práce s klienty. Tyto zkušenosti mohou sice být z dnešního úhlu pohledu hodnoceny kritickým okem, avšak jsou pro počátek praxe a terapeutického uvažování stěžejní.

K: Telefonickou krizovou intervenci, to byl první praktický vhlad do praktické práce s klientem. A pak stáž v léčebně šest týdnů... jako šestitýdenní psychoterapeutický program skupinový... Tak asi to.

Vůbec samotný začátek praxe, jak uvádí Kája, či pojmenování sebe sama jako terapeuta může znamenat velký posun. David zmiňuje, že když se označil jako „terapeut“ znamenalo to pro něj vyznaný krok k vymezení své nynější pozice. Zde opět můžeme sledovat význam identifikace s profesní rolí, která je stěžejní pro terapeutickou práci.

Kj: Měla jsem jeden bod, abych měla klienty a to se mi povedlo... a šla jsem do praxe... Tak jsem to měla vysoko. A teď jsem terapeut bytostně... (směje se)

D: Já myslím, že konkrétně u mě to bylo, že se tak označím... já jsem říkal, že „mám klienty“, „dělám terapii“ „jsem ve výcviku“... jednou jsem přišel z výcviku a udělal si inzerát... a lidi tomu rozumí víc, je to pro ně pochopitelnější... u mně nastala změna, když jsem se tak začal označovat... řešíme problémy a témata... možná je to v mé hlavě a já to napsal... je to mou myšlenkou...

Zuzka zmiňuje výcvik jako vodítko v rámci praxe.

Zu: ...ten výcvik je základ... jdeš do toho vztahu tak, že máš představu, víru, že by to tak mělo být... učíš se co a jak... že se neplácám jako... vzpomínám si na konzultace bez výcviku... to bylo vaření z vody... linie kam směřovat a z čeho

čerpát... to mi výcvik dává... mám čeho se chytit... mám zachytné body... že se jen tak neplácáš... netopíš... drží tě to v nějaké linii... jde o to, že díky výcviku mám pocit, že vím, co dělat a kam směřovat...

První zkušenosti s praxí chápu jako významný mezník na cestě k terapii. Mnohdy byly spojovány se strukturovaností a poměrnou jistotou, co má jedinec „dělat“. Jindy, jak v případě Zuzky chybělo vodítko a zastřešující způsob myšlení, které by mohla v práci aplikovat. To už ale předjímám další zdroje, které již jsou využívány v současnosti.

4.7.9 SOUČASNÉ A BUDOUCÍ ZDROJE – KDO/CO A K ČEMU POMŮŽE?

Současné a budoucí zdroje chápu jako faktory, které pomáhají k vývoji směrem k stanovenému cíli. Jak jsem již výše uvedla, tyto zdroje mohou být stejné nebo podobné jako výše uvedené minulé zdroje, protože přetrvávají a stále pomáhají. Jedná se o zdroje vycházející z výcviku, praxe, životní zkušenosti a z individuální terapie.

4.7.9.1 PRAKTIKOVÁNÍ VE VÝCVIKU, REGIONÁLKÁCH, REFLEXE KOLEGŮ

První oblastí je praktikování v rámci výcviku. Jedná se o bezpečné prostředí, ve kterém je možné si vyzkoušet dlouhodobé vedení klienta – účastníka výcviku. Z pozice klienta je možné v bezpečném prostředí řešit svá témata.

B: ... pořád chtějí, abychom praktikovali... že jediné tak to poznáme... já jsme praktickém člověk, vymýšlím alternativy, praktikuju... no, klienti mi dávají zpětnou vazbu, že chodí a že se i zlepšili...

M: Hlavně výcvik... cejtla jsem se tak na 2-3... tak výcvik, praktikování ve výcviku i v rámci regionálek... to mě hodně pomáhá...

Stejně tak je možné získat zpětnou vazbu a rozebrat sporné momenty v terapii a jejím vedení. Praktikování v rámci výcviku lze chápat také jako prostor pro supervizi, stejně jako možnost vidět své kolegy při práci.

K: ... taky diskuse o tom, jak kdo o tom uvažuje... Líbí se mi, že se učíme od sebe navzájem... Třeba taky ty videa, moje i jiných. Na tom zrovna musím makat. Mám jen jedno... neměla jsem jak a kde... neměla jsem kameru, ale teď, jak nastoupím, tak tam kamera je.

K: Ještě v rámci VPV nebo regionálkách se ptám, když dělám terapeuta, chci slyšet zpětnou vazbu... Chci slyšet zda je systemické nebo ne, zda jdu správným směrem

N: A ti kolegové v čem?

Dan: Že s nimi mohu reflektovat vedení terapie, diskutovat. Také, že zápasí se stejnými věcmi jako já. Někdy mě pochválí nebo ... nebo polemizují se mnou o postojích...

P: Taky samotnej výcvik, věci si ujasňuju... ošahávám si, co funguje a co ne... vím, proč některý věci dělám... uvědomuju si, že je fajn si cvičit konstruktivistický nástroj... konstruktivistické otázky... vím, proč použiji v tu chvíli... vím kdy co užít...

Prostor výcviku tak nadále umožňuje čerpat zkušenosti, nápady, techniky, zpětnou vazbu od kolegů v roli terapeutů či klientů. Tuto oblast více zdůrazňují lidé z vyšších úrovní výcviku, což je přirozené vzhledem k tomu, že již více vědí, co jim výcvik přinášel a může přinášet. Schéma níže hlavní přínosy tohoto zdroje růstu shrnuje.



Obr. 17 – Současné zdroje vyplývající z výcviku Umění terapie

4.7.9.2 PRAXE, REFLEXE OD KLIENTŮ, SEBEREFLEXE, SUPERVIZE, INTERVIZE

Většina dotazovaných pocítuje praxi jako významný zdroj rozvoje terapeutického umění. Bez praktikování by nebyli schopni svou kompetenci posoudit.

M: Ještě víc praktikování... čím víc praktikuju, tím mám větší jistotu... praxe utváří moji odbornost...kdybych nepraktikovala, tak bych se posunula tak o 2 zpátky...

P: Co by mě posunulo dál? Praxe, mě neposune nic jiného... Více praxe, více praktikování.

Právě praxe a zpětná vazba klientů je významnou informací o směřování k stanovenému ideálu. To, když klienti pravidelně dochází, dodá informaci o úspěšnosti terapeutického působení. Stejně jako fakt, že doporučují terapeuta svým známým. Vytváření si svého „jména“ s sebou nese dle mého názoru nejen pocit uspokojení, ale také smysluplnosti své práce.

H: ... mám pocit, že se daří práce... že je to úspěšně zakončený... a že klienti sami reflektují, že to pomáhá...

Pe: ... a samozřejmě díky tomu, že se klienti vracej... a posílaj své známý... z 90% jsou na doporučení klientů

P: No, mám za sebou pár klientů a mám pocit, že jsem jim fakt pomohl.

K: Posunula by to spolupráce s klientama. Zjistím to tak, že klienti přijdou vícrát... I když to bylo v umělém prostředí léčebny... ale byla tam kontinuita a význam...

Dan: No, hlavně klienti, že se vrací, říkají na co si přišli a co jim pomohlo... ještě k těm klientům, že jim mizí obtíže, to taky pomáhá.

Pravidelnost a větší poměr terapeutické práce k práci ostatní je také významným měřítkem a zdrojem, který posune terapeutické směřování.

Hk: Aby pravidelně chodili lidé, to by mi pomohlo... víš, abych mohla systematicky pracovat. On když někdo přijde jen jednou... tak je to spíš plánování než spolupráce... Řešilo by se prostě nějaké téma klienta a nebylo by to jenom takové poradenství, jak jsem říkala. Museli by tam chodit pravidelně...

U Hanky je vidět, že představu o přínosu praktikování má ještě obecnou – požadavek systematické práce. U níže uvedených je pak pohled na přínos propracovanější, což je přirozené z hlediska stádia výcviku, ve kterém se nachází. Například Tomáš soudí, že pokud se povede projít s klientem celý terapeutický proces, znamená to velmi důležitou zpětnou vazbu o užitečnosti terapie.

Tom: jo. ještě to taky nemám jako hlavní práci... proti tomu člověk, co má deset klientů, čas projít si různými situacemi, co dělat a co nedělat... s žádného klienta jsem neměl projít celý terapeutický proces.

Jinde pak:

Tom: ještě k posunu úplně k tý desítce bych potřeboval, abych tomu věnoval víc času... já mám klienty pravidelný, ale někdy to... někdy na konferenci, abych veřejně mohl říct, že ten výcvik mám hotovej...a mít nějaký pravidelný angažmá... ne hostující terapeut... o tom divadle, když jsme se po cestě sem bavili... (smějeme se)

Více klientů s sebou nese také různorodější situace, se kterými si musí terapeut vědět rady. Podobně rozruší a pomůže uchopit ta témata, se kterými si terapeut ví rady a odlišit je od těch, ve kterých se necítí jistý, a které předá kolegům.

Zu: Pomohlo by určitě víc těch klientů... každý klient přinese něco, něco se naučíš... otázky, které si řeším v průběhu terapie... vodítka, na co se zeptat, co s kým probrat...

Pe: záleží, co dělám... pak je klient, u kterého si nejsem jistá a tak jsem na 5... hodně dle typu klientely... neurotičtí, deprese... to se cítím jako ryba ve vodě... u opravdu těžkých depresivních pacientů, co mají medikaci, to zase ne... u endogenně depresivních... tam nevím, tam jsou tak ladění od dětství a s tou systemikou nevím... když mi to s nima nejde, posílám je kolegyni... párová terapie, to se cítím dobře, to je osmička... prostě dle tématu... někdy posílám ke kolegovi... my jsme různě orientovaní, takže se doplňujeme... někdy i máme klienty společné

Petra popisuje typy klientů podle toho, jak se jeví terapeutovi.

Pe: první skupiny, že se na ně těší, pak že je to průměr, potom nepříjemní klienti a pak ti, se kterými nemohou pracovat... a ty předávají kolegovi (smích)... myslím, že každý terapeut má tyto kategorie... pozná se to, stojí to různou míru energie.

Schopnost stanovit si hranice toho, jaký typ problémů je terapeut ochoten a schopen řešit, je dle mého názoru znakem vyspělosti terapeuta výrazem dokonalé znalosti sebe sama a svých etických limitů. Na tyto hranice lze v průběhu praxe narážet, avšak je důležité mít možnost konzultace s jinými terapeuty. Tento aspekt zdůrazňovali dotazovaní také. Právě praxe podle nich umožňuje intervize, konzultace s kolegy na pracovišti, popřípadě supervizní setkání. Individuální i skupinové supervize pomáhají v řešení obtíží s konkrétními klienty, jsou také užitečné pro sebereflexi a náhled na svoji práci.

H: ... díky supervizím a individuálním supervizím hodně... zejména u Honzy Hesouna... to mě pomáhá nejvíc... jak to dělám, proč to dělám... to je užitečnější než výcvik samotnej...

Pe: ... s kolegy také diskutuju... nevím, zda jsem třeba něco udělali správně nebo si to jen odsouhlasíme... atmosféra na pracovišti je nesmírně důležitá...

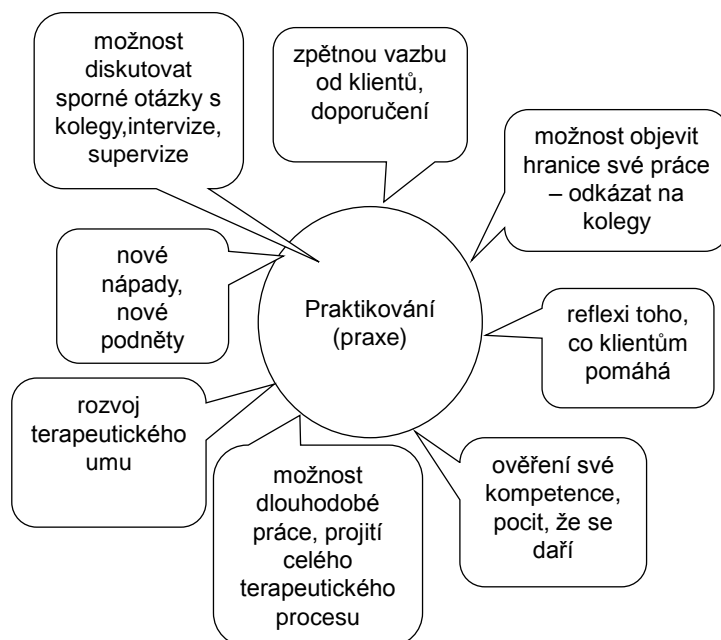
Jedním ze způsobů supervize je rozbor videa. U všech typů supervize je podstatná důvěra k supervizorovi.

Pe: Intenzivnější supervize by pomohla... práce pod supervizí, mít kolegu za zády... teď na to není čas... to by bylo... zkušenější kolega, který má stejná směr... byl tu psychoanalytik a to nešlo... taky dokončení výcviku by pomohlo... natáčení na video a rozebírání... technická možnost by tu byla, jen to dělat... pak vůbec, já mám ráda ten eklektický přístup.

Pe: taky mě napadá, že je důležitý v praxi, na jaký kolegy narazíš... jestli si vybereš dobrého supervizora a je v konzultaci, co vedeš... abych mohla supervizorovi důvěřovat je důležitý

Rozebírání videa je běžný způsob práce v rámci výcvikových setkání, se kterým se mnohdy poji úzkost, a frekventanti se mu vyhýbají. Jak stěžejní v této souvislosti vidím bezpečné prostředí, ve kterém je snadné přijmout konstruktivní kritiku.

Jak jsme viděli, praxe a praktikování je stěžejní zdroj pro rozvoj terapeuta. Níže uvedené schéma základní přínosy z praxe, které vyplývají z rozhovorů, shrnuje.



Obr. 18 – Současné zdroje vyplývající z praktikování

4.7.9.3 ŽIVOTNÍ ZKUŠENOSTI A DALŠÍ VZDĚLÁNÍ

Jako další významný zdroj terapeutického vývoje je životní zkušenost.

Zu: ... taky životní zkušenost obecně mě posune... od života očekávám, že mě životní zkušenost naučí chápat věci, které jsem nechápala... nějaká událost se stane, budu vidět věci z jiného úhlu... najednou je pochopíš, ale jinak než předtím... ale skutečně pochopíš, propojí se

Životní zkušenosti také lze chápat v širším kontextu naplnění mateřské role, jak uvádí Bára. Zdůrazňuje roli žen, které „šly za svým voláním“, což Bára chápe jako zdroj další práce a směřování.

B: Taky zkušenosti pomohou... pro mě byla Ivona... Lucká inspirující... jak ses ptala na ty vzory... ona je spokojena s tím co dělá... říkala jsem si kolik máme společného, čím si v tom životě jsme podobný... každý má svoji úchytku... a pro ni i pro mě je s terapií spojen osobní život... pro mě je zajímavé někoho takového

potkat... mají tři děti a byl nějaký problém, tak jela taxíkem do Motola... ona říkala, že není důležité, kolik máme výcviků, ale co děláme místo toho života... mně to pomohlo, že je to moje část, stejně důležitá jako ta druhá... žít ten život... ta touha a směr, kam to směřuju, abych měla terapii a profesi... vím, že to může být dál... dělat tu práci s tělem, lektorovat... nejen dělat jen tohle a nic jiného, ale nechávám to volně... opravdu mě to baví...

Na jiném místě:

B: ... ale obecně... mně se líbí ženy, které šly... za tím svým životním voláním, určením... ať už dělají cokoli... ať už byly doma, matky, poskytovaly lásku, skvělé terapeutky... mně se líbí, jak to dělají ženy po žensku... respektování... to že jdeš za tím svým voláním, puzením... kam se chceš vyvíjet, tam deš... třeba i za několik let... potřebuju životní zkušenosti... mít děti... věnovat se rodině... i to je přínos, abych byla dobrý terapeut... mám radost, dává mi to smysl, když se to propojilo.

Takovéto zkušenosti ze života mohou být stejně silné jako celoživotní vzdělávání a obohacování vlastního přístupu, o kterém hovoří Petra a Hana. Jedná se o pokračování využívání minulých zdrojů a jejich propojení do budoucna. Vzdělání tak může probíhat i v rámci jiných terapeutických škol a koncepcí, které vedou k obohacení terapeutického umění. Jak bylo zmíněno dříve, systemické myšlení pak může zastřešit tyto podněty do ucelené terapeutické práce.

Pe: .takže nějaký workshop v integrované psychoterapii.abych mohla ušít klientovi přístup na míru... zkombinovat psychoanalýzu, gestalt, systemiku... zakomponovat to do práce, i když ne celý... vzdělávání, to nikdy nekončí... vím, že se to dá dělat lépe... když se dostanu na 8, to bude maximum

H: Já jsem člověk, který se chce dál vzdělávat... další výcviky a praxe... ted' to jde pomalu... výcviky a praxe pomohly hodně... ve škole také KBT... bylo to hodně rychle... ted' to jde po malých krocích... nevím, zda skončím na 10... mám chvíle, kdy o tom pochybuji... zda jsem neměla jít radši prodávat květiny

Právě životní zkušenost, jak bylo uvedeno výše, může posunout porozumění a zároveň poskytnout možnost reflektovat tuto zkušenost v rámci sezení s klienty a čerpat z ní. Je podle mého soudu důležité určit míru toho, jak moc do terapie „nosit“ tyto osobní zkušenosti tak, aby v terapeutovi nevznikl pocit „osvíceného jasna“, tedy aby se nestal expertem na klientův život.

Životní zkušenost, jak jsem uvedla výše, pak může být význanějším zdrojem než studium a výcviky.

4.7.9.4 INDIVIDUÁLNÍ TERAPIE JAKO DOPLNĚNÍ MOZAIKY

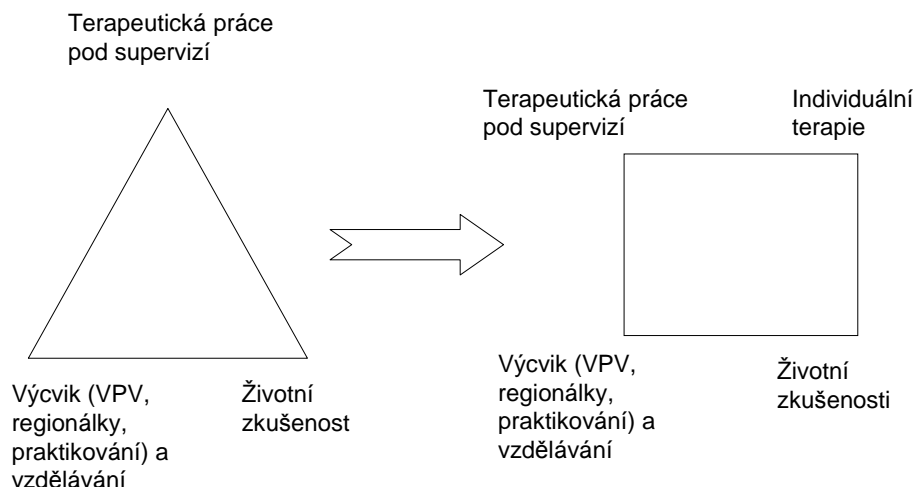
Individuální terapie doplňuje mozaiku terapeutické praxe o aspekt pohledu „z druhé strany“, tedy ze strany klienta.

E: Napadá mě ještě, jak hrozně je zajímavá paralela, když dělám s klienty, když dělám výcvik a když jsem v individuálu... je to zajímavý trojúhelník, zajímavý vývoj... co mi chybí, je sebezkušenost dlouhodobá... nedošlo ještě k tomu... je to důležitá součást mé terapeutické práce... zatím jsem tam nedošla... je to zkušenost, ten výcvik... práce s klienty... a že jsem v terapii... je důležité, jak vnímám sebe v terapii, jak s nimi pracuji, je to stále důležitější... taky to tam patří... doplňuje to tu mozaiku

B: Ještě poslední věc, že mi pomáhá, že sama chodím na terapii... doplňuje mi to mozaiku i z té další stany... ona je taková mateřská, jak já jsem roztržitá, tak to potřebuju

Podstupování individuální terapie probíhá v rámci VPV či regionálek. Avšak velmi užitečné je dle mého názoru také mimo výcvikový rámec. Slouží také k většímu sebepoznání, k osobnímu rozvoji a řešení vlastních obtíží. Uvádím jej sice na konec, avšak jeho důležitost se tím nesnižuje.

Na základě rozhovorů jsem dospěla k níže uvedenému schématu, které znázorňuje stěžejní zdroje.



Obr. 19. – Schéma současných zdrojů pro terapeutický rozvoj

Z trojúhelníku výcvik a vzdělání, praxe a životní zkušenost, která byla doposud hodně zmiňována dotazovanými v rámci výše uvedených kategorií, přibývá další zdroj. Trojúhelník se tedy rozšiřuje na čtyřúhelník, ve kterém roli hraje také individuální terapie, kterou účastníci výzkumu podstupují. Každý z vrcholů pak může nabývat různé pozice dle důležitosti tak, jak jej vnímají jednotliví dotazovaní.

4.7.10 CELKOVÉ ZASTŘEŠENÍ PROCESU POMOCÍ METAFOR

Poslední kategorií, o které bych v rámci svého rozboru, nyní ráda pohovořila, je celkové zastřešení procesu stávání se terapeutem prostřednictvím metafor, které si dotazovaní sami zvolili. Snažila jsem se proto interpretace a vysvětlení prvků držet v mezích jejich rozpravy a přepisovat dané významy co nejméně ke svému obrazu. Jsem si však vědoma toho, že interpretace, které v tomto ohledu činím, jsou jednak ovlivněny tím, co ve mně jednotlivé metafory vyvolávají. Při interpretacích jsem byla taktéž ovlivněna celkovou atmosférou setkání s jednotlivými dotazovanými, stejně jako přechodními částmi rozhovoru.

Metaforické vyjádření vytvořili všichni dotazovaní kromě Zbyňka. Ten prohlásil, že to pro něj teď není důležité, že je podstatná spíše práce s lidmi. Tím v podstatě také dal zastřešení svému procesu, a to praktický směr, důraz na současnou práci.

N: Kdyby to, jak se stáváš terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?

Z: A jéje... (přemýšlí), no nenapadá mě nic... teď mě o to ani nejde, jak dělám s lidma, tak je to nepodstatný...

Ostatní dotazovaní vytvořili následující zastřešení celkového procesu stávání se terapeutem. Jednotlivé zastřešení se odvíjí od toho, kde se nachází na své cestě a to nejen terapií, ale také životem. Jedná se o tyto kategorie:

1. Objevování sebe sama (4.7.10.1)
2. Hledání cesty, smyslu, rozhodnutí (4.7.10.2)
3. Otevření se vlivům, zkušenostem, učení se, směřování po cestě (4.7.10.3)
4. Terapie jako jedna z kapitol, linií života (4.7.10.4)
5. Návrat ke zdrojům, kořenům (4.7.10.5)

Nyní se na jednotlivé kategorie podíváme jednotlivě tak, jak je ztvárnili dotazovaní.

4.7.10.1 OBJEVOVÁNÍ SEBE SAMA

Ve fázi objevování sebe sama, cesty do hlubin vlastní duše je Hanka. Knihu nazvala „Cesta do hlubin študákovy duše“. Je teprve v jejím úvodu, stejně jako v úvodu výcviku a zatím její žánr reflektuje jako tragédii.

N: Kdyby proces stávání se terapeutem byl kniha, jak by se ta kniha jmenovala?

Hk: (Směje se) Mně teď nenapadá nic inteligentního... počkej, budu chvíli přemýšlet... Asi. „Cesta do hlubin študákovy duše“.(směje se)

N: Cesta do hlubin študákovy duše, to je dobrý.

N: A jaký by to byl žánr?

Hk: (směje se) žánr? No asi tragédie. Zatím tragédie.

N: A kde jsi v ní nyní teď v té knize?

Hk: Kde jsem? Asi jsem v první kapitole... ne to ještě ne, já myslím, že jsem teprve tam na začátku knihy... co to tam je... předmluva... ne, ne je to úvod.

N: Jo úvod může být na začátku.

Hk: jo, teprve píše úvod (směje se)... jo jsem v úvodu.

N: (směje se) dobrá.

Hanka je dle mého názoru na počátku sebezkušenosti, poznávání sebe sama a poznávání terapie. Je zatím ještě „študákem“, někým, kdo se ještě bude muset terapii učit. Právě sebezkušenost, kterou začíná, ji může vytvořit dobrou půdu pro další terapeutický vývoj. Její metafora s sebou nese i cestu, směřování, které ještě není vymezené a dostatečně určené. Nese s sebou také neznámo a tajemno, které může Hanku na cestě potkat. Podle mého názoru se ještě na cestu pořádně nevydala a teprve si ujednocuje, co by daná cesta mohla představovat a pro ni znamenat.

Do této kategorie spadá také Dan, který sice není na počátku výcviku, ale svůj vývoj hodnotí zpětně. Hledá také sám sebe, rovnováhu v sobě, klid a vyrovnanost se sebou a svým minulým vývojem. Hledání toho, „Jak to je“ je zastřešením celého života, zpětná rekapitulace vývoje. Jeho kniha, tedy terapeutické směřování, je laděno filosoficky a úvahově.

Dan: Jé, to je pěkný. Počkej... (přemýšlí) „Jak jsem hledal pravdu.“ ne, ne...

Jmenovala bys se „Jak jsem hledal jak to je.“

N: A jaký by to by žánr?

Dan: Žánr? Tragikomedie. (směje se)

N: A jaké by měl kapitoly?

Dan: Kapitoly ty by byly postupně v čase ... Takže první by byla „Já a moje dětství“. To by byly prožitky z dětství. Pak by bylo „Já a dospívání“ ..., „Já a vztahy“ ... Dál by bylo... „Já a duchovní svět.“, pak (přemýšlí) „Já a praktický život.“ a pak „Já a láska“

N: A kde jsi teď?

Dan: Nyní je ty poslední tři jak jsem říkal „Já a duchovno“ „Já a praktický život“ a „Já a láska“

N: A dál?

*Dan: v budoucnu to bude „Já a klid v duši“ to bych našel rovnováhu... a...
(přemýšlí) „Já a přijetí neznáma“ To už je v budoucnu, to je filosofický román.*

Dané pojetí jeho hledání sebe sama odpovídá jeho filosofující povaze, kdy se nesčetněkrát vrací do minulosti, aby ji přehodnocoval a dával tak smysl přítomnému. Jedná se v jeho knize především o něj samotného, což naznačují i názvy kapitol, které vždy začínají „Já a...“ Projevuje se zde také jeho usilování po klidu v duši, vyrovnanosti a větší jistotě, jak jsme mohli u Dana sledovat výše.

Poslední tři kapitoly, ve kterých se Dan nachází, naznačují současná témata jeho směřování. V kapitole „Já a duchovno“ je zřejmé Danovo duchovní a filosofické nastavení. Zároveň jej však ovlivňuje linie praktického života, kterou se Dan snaží skloubit s linií filosofickou a více úvahovou. Stejně tak téma lásky k lidem a lásky k sobě je pro něj aktuální a promítá se i do profesního života.

Objevování sebe sama se tedy netýká jen začínajícího terapeuta, ale k sobě samému se vrací i lidé z pozdějších fází výcviku tak, aby získali jistotu a dali smysl svému směřování.

4.7.10.2 HLEDÁNÍ CESTY, SMYSLU, ROZHODNUTÍ

Další skupina metafor vypráví o hledání cesty, smyslu, bloudění a rozhodnutí. Hledání zahrnující bloudění pojmenovává Petr (Bludný Holanďan), stejně jako Bára v symbolu složitosti – labyrintu (Labyrint terapie a ráj srdce). Dotazování po cestě zmiňuje v názvu Tomáš (Kudy vede cesta?). Každý má pak význam hledání a bloudění zakotvený různým způsobem dle etapy svého života.

Petr se nachází před zápletkou, před rozhodnutím, zatím proto ještě bloudí, hledá se v terapii a v profesním uplatnění.

N: Kdyby tvůj proces stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?

P: je to je dobrý... to se ti povedlo... Malý Bobeš, Děti z Bullerbynu, Honzíkova cesta... (směje se)

N: (směje se)

P: ne... „Bludný Holanďan“... To je to hledání... mě k tomu schází to finální rozhodnutí... přešel jsem z traktoru do Ferrari... vím, že je to správný... dělám a nedělám terapeuta

Zde Petr, pomocí obrazu změny traktoru v luxusní auto, naznačuje radikální přeměnu konceptu vlastní profesní cesty a nutnost si na tuto zásadní proměnu zvykat. Stejně jako je potřeba zvyknout si na nový druh dopravního prostředku, je třeba přizpůsobit se taktéž profesní změně. Petr je přesvědčen o správnosti svého kroku, ale „za volantem“ se ještě necítí plně na svém místě.

N: A jaký je to žánr?

P: Je to horor, sci-fi, komedie.

N: A kde jsi teď?

P: Před hlavní zápletkou... Už nastala expozice, která graduje do neznáma... teď je gradace děje, nebo jak to v literatuře nazývají... Jsem z 500 stran na 300 straně.

N: A co bude pak?

P: Doslov... napsal, přeložil... ne, 249 Kč bez DPN a napsal, přeložil (smějeme se) A s tím hrdinou je to tak, že je před křižovatkou, tam bude volit... (přemýšlí) musí to přetnout a udělat rozhodnutí ano, ne... musí si uvědomit, co hlavní hrdina vlastně chce...

Cestu ven najde jedině tak, že učiní rozhodnutí, zda se bude terapii věnovat. Rozhodnutí je o to těžší, že se netýká jen jeho, ale i jeho rodiny. Metaforické vyjádření mu pomohlo uvědomit si tuto situaci volby. Později na výcvikovém setkání se o ní také zmiňoval a na popud tohoto rozhovoru zvýšil počet klientů.

N: Aha... Je něco co bys ještě chtěl říct k tomu tématu, co ti běželo hlavou, co tě napadlo?

P: No, bylo to úžasný... já jsem si uvědomil, že se musím rozhodnout, mám terapii v ruce... Bludný Holanďan, mořeplavec, který je odhodlán i na to jaká je vichřice přejít... aby to jeden mohl dělat naplno, musí se rozhodnout, zda může. Před dvěma roky by mi to pomohlo možná nejvíc...

N: Takže jsi zjistil, že se musíš rozhodnout.

P: No, musím říct, co chci dělat... I za cenu toho, že budeme žrát omítku... Protože když živím rodinu, tak jsou peníze moc důležité... a teď budeme tři, takže to není jen tak se rozhodnout...

Cestu podobně hledá Tomáš. Jeho cesta je stále otevřena, může se vydat různými směry.

N: Kdyby proces stávání se terapeutem, který procházíš byla kniha, jak by se jmenovala?

Tom: Kniha... já si to budu muset rozmyslet... mně to napadne... (přemýšlí)... jo, teď mě napadlo... "Kudy vede cesta?" Jo, je to takovej impuls, co mě napadlo... mám ještě něco vymýšlet?

N: Ne, jestli to pro Tebe je dobrý.

Tom: Jo, je.

N: A jaký je to žánr?

Tom: Je to beletrie... román, který spadá do magického realismu... víš co to je?

N: Podle toho, co tím myslíš?

Tom: No, jsou to věci, které se dějou reálně, občas jsou tam prvky, který jsou fantazijní... stane se prostě něco, co do reálného života nespadá... nepatří... něco, co patří do oblasti fantazie... a magičnost... je tam synchronicita Junga... najednou se dějou věci a ty zjišťuješ, že to s tím souvisí...

Magičnost, kterou zde vyjadřuje, se u Tomáše objevuje často, zejména vzhledem k tomu, že je ve své práci ovlivněn Ericksonem, který magičnost a nevšednost do svého konceptu začlenil a zdůrazňoval.

N: Kde v ní jsi?

Tom: Kde v ní jsem? No to je dobrá otázka... v jaký kapitole?

N: No, pokud tam máš kapitoly, tak jo.

Tom: Kapitoly tam mám...Jsem v kapitole, která se jmenuje „Tohle by mohla být ta cesta, kde se dělá terapie“ ... na začátku bytí terapeutem jsem... pak třeba přijde kapitola „Jak jsem se ztratil“ ...

Tomáš se v knize nachází na začátku „bytí terapeutem“, myslí si, tedy, že cestu našel. Je však možné, že je to pouze zdání a je vlastně stále ztracen. Tomáš tak reflektuje to, že přístup, který v rámci terapie nyní má, může později považovat jako scestný, může jej později zamítnout jako nevhodný a hledat dále.

Bára ve své knize Labyrint terapie a ráj srdce také hledá. Hledá význam. Srdce značí, že k práci terapeuta má vřelý vztah. Srdce je také pro ni zdroj jistoty, i když neví, kde se v labyrintu vynoří. Bloudění a hledání nechce vzdát, protože se jí tato práce bytostně týká.

N: Kdyby to Tvoje stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?

B: to se povedlo... jak by se jmenovala... ta kniha... to je těžký... to je celý proces... tak já... (přemýšlí)... mně napadají samý takový názvy... žádnéj takovej... Asi „Labyrint terapie a ráj srdce“ (směje se)

N: (směje se)

B: Já nevím, kde jsem, zatím mám vřelý vztah k tomu... nikdy nevím, kde jsem, doufám, že se vynořím... a kdyby jo, tak srdce se v tom najde, já se v tom najdu... význam, knihy je pro mě uspokojující

N: A jaký je to žánr?

B: Je to forma životopisu... probíhá tam hodně věcí (smích)...

Zde se opět ukazuje propojenost života a terapie, se kterou jsme se u Báry mohli setkat v průběhu předchozích kapitol. Zdůrazňuje radost z pomáhání, kterou ji práce přináší. Zároveň, stejně jako jízda na motorce, je podle Báry pomáhání osvobozující.

N: A kde v ní jsi?

B: Asi jako na té škále... těžko říct, ale zda se nová kapitola bude psát pomaleji... jo, myslím, že se stánky budou psát pomaleji, bude to těžší a těžší psát je... jak to říct... já si myslí, že terapeutická práce, pokud je životopis, tak další krok teprve, hůře než na začátku... pro mě bylo důležitý přikoupit k úchylce pomáhat, to je ono... někdo má radost z toho, že jezdí na motorce, někdo, že pomáhá... někdo postaví nový dům a má krásnou zahradu... to by pro mě bylo osvobozující... já vím, že někdo myslí, že bych měla být jiná, ale já jiná nebudu, i když se budu vyvíjet... jako spisovatelé a umělci se toho taky nevzdají...

Bára v závěru velmi pěkně ilustruje to, že terapie je pro ni naplnění a je natolik bytostnou součástí jí samé, že se za žádnou cenu tohoto poslání nechce vzdát.

Potřeba neustálého hledání dle mého názoru souvisí s ochotou se učit novému, rozvíjet se, přijímat kritiku a zdokonalovat se tím. Situace hledání, ztracení a postupného opětového objevování dle mého názoru souvisí s vývojem jedince jako terapeuta i jako osobnosti. Výcvik v tomto ohledu může v obou oblastech poskytovat vodítka a „svítit“ na cestu, aby se jedinec neztratil. Ptání se po správnosti cesty s sebou dle mého názoru nese pokoru a ochotu kriticky své konání přehodnotit a otevřít se novému.

4.7.10.3 OTEVŘENÍ SE VLIVŮM, ZKUŠENOSTEM, UČENÍ SE, SMĚŘOVÁNÍ PO CESTĚ

Další směřování naznačuje právě otevření se učení, inspiraci a nápadům.

Katka v rámci „Otevřené mysli“ čerpá z nových zdrojů, je otevřena vlivům a pohledům.

K: Hmm... to je fakt dobrý... (přemýšlí) mě napadá samý takový... “Učit se učit se... “ ale to ne... “Otevřená mysl“ no, to je ono.musíš své předpoklady odložit a otevřít se zkušenostem a novým možnostem, přístupům... hledat a nahlížet na věci tvůrčím způsobem... učit se být „otevřená mysl“ ... jo, „Jak být otevřená mysl“ tak by se to jmenovalo.

N: A jakej by to byl žánr?

K: tragikomedie...

N: A kde jsi ted’?

K: jsem na začátku... na prvních pár stránkách...

Jak jsme u ní výše viděli, právě učení se od kolegů z výcviku, od supervizorů a jiných zdrojů, je pro Katku důležité. S jistotou, kterou má, se může těmto vlivům otevřít a případné nejistoty a nezdary sdílet s nimi. Je také zřetelné, že se Katka již do psaní, tedy do terapeutické práce dala, je na počátku své knihy a směřování k otevřené mysli.

Směřování po nekončící cestě se objevuje také u Hany.

H: (přemýšlí) nějaká cesta... něco takovýho... “Nekončící cesta“ ... sou neustále otevřený možnosti... tahle metafora by to vyjadřovala...

N: Co by to byl za žánr?

H: Nóo... něco mezi beletrií a odborností... takovej styl jak má Ivan umění pomáhat... na základě odbornosti a lidskosti... čtivý a srozumitelný...

N: A kde v ní jsi?

H: Asi někde podobně jako u škály... krátce za půlkou... ale kapitoly navazují a vzájemně se proplétají... čte se to jen dopředu, ale ne dozadu... nebo nerada bych, aby se četlo dozadu... rozhodně mám uzavřený základy... první část byla teoretická... teorii uzavírám... první sebezkušnostní výcvik a zároveň škola, to je uzavření minima... teď je to o rozvoji toho stylu... teď je to na mě, abych se rozvinula... poupě růže, aby to mělo stonek a květ a teď se budou rozvíjet lístečky

Nese s sebou obohacování a rozvoj, který je znázorněn rozkvětem květu. Základy, které dal Haně výcvik a škola, jsou pevné. Cesta je neustále otevřena, tak, aby bylo možno přijímat vlivy. Hana chce, aby se pohyb odehrával dopředu, nikoliv zpět, tedy aby její květina směřovala vzhůru, rozvíjela se a tím se zdokonaloval Hanin vlastní styl terapie. Její cesta s sebou nejen odbornost, ale i lidskost a nadhled.

Terapeutický růst představuje pro Zuzku neustálé směřování a „lezení“ směrem nahoru. Lezení s sebou nese také dramaticnost, avšak i pevnou vůli, sílu a odhodlání se poprat se skálou – s terapeutickým směřováním. Zuzka je na počátku své „lezecké“ neboli terapeutické dráhy, dívá se nahoru a předpokládá další vzestup. Zde můžeme vidět podobnost vzestupu a rozkvětu u Hany.

Zu: „Utrpení mladého Werthera“ (smích)... to je dobrá otázka (přemýšlí)... napadají mě samý blbý názvy... už existující to musí být?

N: Nemusí, můžeš i vymyslet.

Zu: tak je to „Horolezec“... je tam obrázek, jak leze po skále.

N: A jaký je to žánr?

Zu: Myslím, že tragikomedie... (směje se) On nestoupá stejným tempem... no, je to možná komedie... ne, je to hořká komedie... jak se to říká, když je to drama i komedie... ne hořká... to je negativní konotace... tak je to drama s komickými prvky nebo komedie s dramatickými prvky...

N: Dobrá... a kde v ní jsi?

Zu: Jsem na začátku první čtvrtiny... ne možná ani to ne... ona se teprve začíná psát... a to doufám, že bude tlustá.

„Učení krok za krokem“ zmiňuje Pavla. Na cestě za učením se jí dostává rad, návod a postupů jak na to, jako v kuchařce. Zároveň je to kuchařka moudrá, protože povzbuzuje k dalšímu vaření, i přes to, že se nějaký pokrm nepovede, Pavle se tak dostává se útěchy, že lze zkoušet i jinak a znova. Umožňuje jí to, aby se postupně učila i z vlastních chyb a omylů, Na konci cesty pak bude dobrým terapeutem.

Pa: (přemýšlí) „Učím se krok za krokem“ ...

N: A jaký by to byl žánr?

Pa: Byla by to kuchařka. (směje se)

N: (směje se) A kde v ní jsi?

Pa: Za půlkou.

N: a co tam je?

Pa: Je tam spousta rad, návodů, postupů... a taky tam třeba je... nic si z toho nedělejte, že se to všechno spálilo... (směje se)

N: aha, takový utěšení...

Pa: No nebo třeba recept pokračuje „koupíme nový kuře“ ... a na konci je napsaný „Jste dobrý terapeut.“ (směje se)

Učení se a směřování k bodu rozuzlení zmiňuje Emilka. Román je humorný, ale současně i dramatický. Emilka se zmiňuje o učení trpělivosti, kterou v terapii postrádá a také trpělivosti. Zajímavé je, že bod, který bude následovat, se nějakým způsobem rozuzlí sám, nepůsobí to na mě tak, že by se Emilka na rozuzlení chtěla podílet. Život to sám „zjistí dál“.

E: Jak by se jmenovala... já vím, že je to moje... tak by se jmenovala (přemýšlí)...

“Jak jsem se učila trpělivosti a milovala svoje klienty“

N: Jaký je to žánr?

E: Myslím, že je to humoreska...určitě by to byl román (směje se)... a druhý díl by byl jinej...jmenoval by se jinak... nevím jak

N: A kde jsi teď?

E: Jak se něco stane... pak je rozuzlení toho příběhu... jsem po rozuzlení... něco se stalo a teď co s tím...a pak tam bude třeba „Balíme mrtvolu a voláme pohřebáky“ (směje se) Pak se zjistí co dál...

O učení hovoří také Petra.

Pe: Knižka... ty jo... to je hezký... to je pěkná otázka, ale nevím, jak bych na ni odpověděla... “Je stále co se učit a vždycky bude“. “tak se neboj“, to je dovětek, to je dovětek... jak se jmenovala ta knížka od Yaloma

N: Jaká?

Pe: jak tam ten terapeut něco popletl... no ,prostě není tragédie, když se spleť

N: A jaký je to žánr?

Pe: román (směje se)

N: A kde v ní jsi?

Pe: Ted'ka? tak bych řekla v první třetině nebo možná čtvrtině... ještě nejsem na konci... kdyby tam byly kapitoly, tak je to dle vývoje... po stopách toho věku... vždycky mám pocit, že je nějaký téma, pak s vynoří nový je to jako časová osa... něco mezi románem a autobiografií, ale určitě ne literatura faktu... teď je tam zrovna spíše téma jiné, než terapie... (usmívá se a dává si ruku na klenoucí se břicho)

Její směřování je neustálým učením nejen z terapeutické praxe, literatury odborné, ale také ze života a nastávajícího mateřství. Témata se v knize, i v rámci směřování mění, každé nabývá různé důležitosti. Směřování je také doprovázeno uklidněním, že se není třeba bát. Petra ve své knize již naznačuje další kategorii, která klade důraz na celkový život, o které níže pojednám.

Z výše uvedeného vyplývá, že otevření se okolí, učení se značí dle mého názoru rozvoj, rozkvět a vývoj. Nese s sebou odhodlanost jít dále a učit se, i přes to, že učení může přinášet také chyby a zklamání. Spojuje se pro mě také s mladostí a elánem, otevřeností a tolerancí.

4.7.10.4 TERAPIE JAKO JEDNA Z KAPITOL ČI LINIÍ ŽIVOTA

Terapeutický růst také lze chápat jako jednu z cest či linií života. Martina, Tereza i Kája tak ukazují, že směřování v terapii a v životě je propojeno, již předchozí život tak slouží jako zdroj nynějšího směřování.

*M: mm (usmívá se) mě nenapadá nic kreativního... "Můj život jako terapeuta"...
"moje terapeutická práce"*

N: a jaký je to žánr?

M: (smích) žánr... asi bych chtěla, aby to bylo komediální... nechtěla bych, aby to byla tragédie... z toho mám hrůzu...tak asi komedie

N: A kde jsi?

M: Na konci střední části... úvod, stat', závěr... tak na konci statí jsem...

N: Je ještě něco, co Tě k tomu napadá?

M: Ono se to nedá změřit jen na té škále, jsou tam i jiný okolnosti... moje práce a psychoterapie teď pro mě není na prvním místě... to není teď prioritou... já jako psychoterapeut, to je jen jedna kapitola v celé knize... vždycky chvíli píšu i jiný kapitoly... teď jsou jiný kapitoly hlavní... jako rodina a tak... terapie jen občas...

Martina zdůrazňuje potřebu pozitivního ladění v dalším terapeutickém směřování. Již má napsanou velkou část knihy – celou stat', tedy to podstatné a stěžejní. Celý její život je však kniha a terapie je jenom jedna kapitola v této velké knize. Nynější situace v životě je postavena tak, že jiné kapitoly získaly na důležitosti, což jsme mohli sledovat výše v předchozích kategoriích. Terapie však v rámci knihy života zůstává, projevuje se však pouze v některých situacích.

Podobě Terezina metafora poukazuje na koncept celoživotního románu, kde s terapií vine jako linie všemi kapitolami. Předchozí život je tedy potřeba zhodnotit a vyrovnat se s ním tak,

aby se mohla Tereza rozvíjet. Tereza určitým způsobem naznačuje, že terapeutem v podstatě byla již před vstupem do výcviku nebo také, že její předchozí život ji k tomu předurčoval.

T: (přemýšlí) Jak by se jmenovala... asi "No to je docela těžký" (smích)

N: (smích) Jakej by to byl žánr?

T: ... je to celoživotní proces... román o celém životě... ty dvě oblasti já nevidím jako odštížené... terapie a život... je to obsaženo v každý z kapitol... jako linie napříč

N: Jaký by tam byly ty kapitoly?

T: Jé, to já bych Ti musela vyprávět celý život. (směje se)

Obdobně Kája, která svou knihu označuje „Cesty za štěstím“, vyjadřuje směřování, které je začleněno do celkového kontextu jejího života.

Kj: Kniha... je to je dobrý... (usmívá se) „Cesta za štěstím“... ty brd'o... to je romantický... ne... romantický ne...

N: A jaký je to žánr?

Kj: Film to je... (smích) Ježiš, musím předělat název...

N: A kde v něm jsi?

Kj: Jsem v něm furt, budu v něm furt... je to seriál z psychoterapeutického prostředí... "Cesty za štěstím", ne cesta za štěstím... je to něco mezi Chicago Hope a „Na cestě“ od Kerouaca (směje se)

N: (směje se)

Kj: Je to o mým životě ... na cestě I, na cestě II (smějeme se)

N: Tak jo, to je všechno.

Terapie pro Káju znamená existenci samotnou, byla a bude v rámci ní nadále. Plurál cest ukazuje, že se jedná o vícenásobnou linii, nejen terapie, ale i jiných oblastí života. Vzhledem k tomu, že se jedná o filmový seriál, je naznačeno a předvídáno pokračování. Nese s sebou dobrodružství, jako je v Kerouacově knize a zároveň romantiku a týmovost seriálu Chicago Hope. Cíl, ke kterému seriál směřuje je štěstí, šťastný život.

Život lze chápat jako přípravu či východisko pro terapeutické působení. Jak jsem již výše víckrát zmiňovala, právě životní zkušenosti, pestrý a šťastný život je i pro mě samotnou stěžejní pro kvalitní terapeutickou práci. Jedině tak je terapeut schopen pomoci účinně svým klientům.

4.7.10.5 NÁVRAT KE ZDROJŮM, KOŘENŮM

Poslední kategorii tvoří Vráťa a Katka. Nacházejí se v rámci životní etapy ve fázi vracení se v cyklu ke zdrojům, čerpání ze zdrojů. Právě zdroje umožní nynější růst a zužitkování minulého umu. Jedná se dle mého názoru o završení a vyvrcholení celoživotní profesní dráhy.

Vracení se ke zdrojům s sebou nese úlevu a poučení. Je to návrat tam, kde se cítí Vráťa dobře. Je to znovuobjevení známého, tentokrát novými očima. Je to naplnění životního poslání a možností vedoucí k spokojenosti.

Vr: jak se stávám psychoterapeutem? (přemýšlí) Je to „Návrat ke zdrojům“... je pro mě ten směr... to poslání... je mi osobně nejbližší... nejvíc mě uspokojuje... byl jsem učitel ve školství, v komerční sféře manažer... každá mě uspokojovala, ale po čase jsem si pak řekl... že to není ono... to mi nesedí... tak jsem mohl dělat cokoliv jiného... ale teď je to návrat ke zdrojům... souvisí to s tím, že jsem měl vzdělání hudební... moje střední škola byla konzervatoř

N: Aha, to jsem nevěděla...

Vr: Zajímám se o muzikoterapii... není to návrat v kruhu, ale ve spirále... je to návrat ke zdrojům, ale už vím, to co jsem zažil... jsou to zdroje, předpoklady... předtím mi tam něco chybělo... snažil jsem se, ale nebylo to ono... nebylo to trvalé...

U Vráti se návrat odehrál k muzikoterapii. Vrací se k předpokladům, které dříve nemohl plně využít. V současné době si však již prošel nezbytnými peripetemi a zjistil, že jeho původní směřování bylo to pravé a naplňující.

N: A jaký má žánr?

Vr: Žánr té knihy? odborná literatura to není... to asi ne... já bych to spíš bral jako životopisný román... beletrie ale i fakta...

N: A kde v ní jsi?

Vr: Řekl bych, že na začátku poslední třetiny... že jsem něčím prošel a teď vlastně začínám poslední třetinu... tato část je nová... těžko říct jestli poslední kapitola... mění se to s životním stylem, pracovním nasazením... s větším podílem terapie... psychoterapie... je to stejný název, jako té knihy... je to jakoby Návrat... návrat ke zdrojům... začíná něco nového, ale ji mi to i v něčem hodně blízké... že už jsem tam na začátku jakoby stál... ale neměl jsem, co mám teď... byl jsem limitován i vnějšími okolnostmi...

Vr: Vy teprv začínáte... máte s tím spojené i existenční záležitosti... to mám vyřešené... mám cíl spokojeného života a můžu si dovolit ten luxus toho návratu... nemusím se tolik ohlížet na existenční záležitosti... luxus návratu a rozpomínání na to, kde se cítím nejlépe...

Vrát'a je na začátku svého vracení se ke kořenům. Zejména vzhledem k vnějším okolnostem je zatím jeho návrat omezen. Později však, díky tomu, že má své existenční záležitosti vyřešeny, se může plně vydat k místu, kde se cítí nejlépe. U Vrát'i analogii návratu chápu jako dovršení životního snažení a naplnění smyslu a motivace k práci. Jeho návrat je doprovázen osobnostní zralostí, vyrovnaností a laskavostí.

Podobně návrat ke kořenům naznačuje Kateřina ve své knize „Vracení se ke kořenům“. Je zajímavé, že volí stejnou metaforu jako Vrát'a. Vysvětluji si to podobným věkem (45 let u Kateřiny a 50 let u Vrát'i) a z toho plynoucí životní etapou, pro kterou je typická rekapitulace a završení předchozího života a zhodnocení jeho průběhu s ohledem na výchozí, stejně jako finální bod.

Kř: Kniha... (směje se)... to jak se stávám terapeutem... no to je úplně krásný... (směje se) mně napadly tři věci „Vrací se ke kořenům“ ... to mě šokovalo... druhý co mě napadlo „Odstraňování bludů“ to je to vědomý... no spojením „Vracení se ke kořenům“ ... to je krásný... (usmívá se)

N: Hmm.

Kř: Kdysi dávno, když jsem byla malá... byla jsem trpělivá, uměla jsem naslouchat... zdá se mi, že různí lidé z okolí mě prožívali jako vrbu... kamarádky hlavně... měla jsem i vtip... fakt mě to šokovalo... tak do 10 let... děkuji Ti za tu otázku... nečekala jsem, že se tam dostanu... já jsem si, řekla, že budu studovat

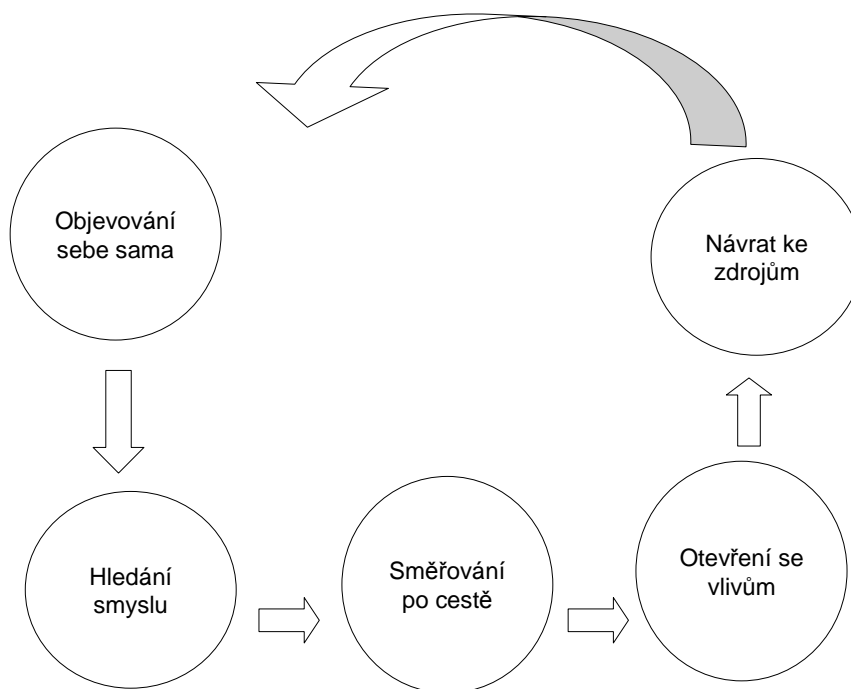
medicínu... poslední, co mě napadlo, že budu dělat, byla psychoterapie... děkuji za tuhle otázku...

N: Jaký je to žánr?

Kř: Jsou to pohádky... dobro zvítězí nad zlem... chudák dojde ke štěstí... kačátko je najednou labuť... to je to, co je v lidech... vyleze... dostane se ze zakletí... tvoje otázky jsou, Noro, úžasný... děkuji

Kateřina se vrací ke svým minulým předpokladům k terapii, dovednostem a schopnostem, které pozapomněla. Zejména pak se snaží o využití schopnosti naslouchat a smyslu pro humor, kterých si na ni okolí cenilo nejvíce. Předpokládá dobrý konec, stejně jako v pohádkách, kdy se znovu se svými kořeny spojí.

Kategorie, které jsem vytvořila na základě dat, jsou shrnuty v následujícím schématu. Jedná se o spojení několika zastřešení uvedených v metaforách, které jsem uvedla do jednotného tvaru. Schéma jsem vytvořila s vědomím toho, že proces má individuální charakter u každého jedince a nemusí mít takovouto podobu. Také je možná, že se jednotlivé fáze mohou prolínat.



Obr. 20 – Celkové zastřešení procesu stávání se terapeutem (N.N.)

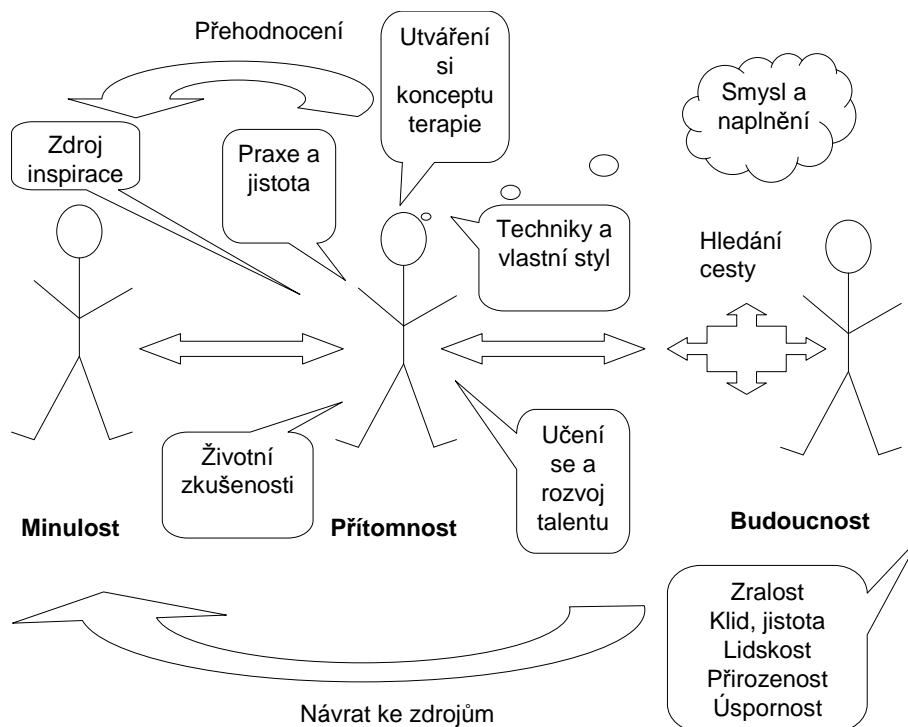
Schéma ukazuje jako první fázi objevování sebe sama, na to navazuje hledání smyslu a cesty k terapii. Dále následuje fáze, kdy dochází k směřování po cestě terapie a následně k

otevření se vlivům. Následovat může návrat ke zdrojům, návrat k původnímu, na které je nyní pohlíženo novým způsobem. Terapeutická cesta může být chápána jako jedna z linií směřování v životě. Tímto schématem se s protagonisty našeho příběhu o stávání se systemickým terapeutem rozloučíme. Však pouze zdánlivě, protože se ještě zprostředkovaně objeví v následujících závěrech výzkumu a diskusi.

4.8 ZÁVĚRY VÝZKUMU

Podstatou každého výzkumu je hledání a poznávání, nikoliv absolutní pravda či obecně platný algoritmus. Výzkum sice odpoví na některé otázky, ale stejně tak objevuje další problémy, formuluje nové a nové otázky. Zjištění mají vždy jen přibližný charakter, zejména vzhledem k zjednodušení reality, ke kterému při výzkumu dochází.

Na počátku výzkumu jsem si položila otázku „**Jakým způsobem frekventanti systemického výcviku ISZ vnímají proces stávání se psychoterapeutem?**“ Nyní ji na základě výzkumu stručně zodpovím nejdříve formou schématu a posléze jeho jednotlivé komponenty vysvětlím. Podrobnějším rozbořem se budu věnovat také níže v diskusi.



Obr. 21 – Proces stávání se terapeutem a jeho hlavní komponenty (N.N.)

V rámci výzkumu jsem dospěla k závěru, že proces stávání se terapeutem je vhodné vymezit v kontextu celkového života, vývoje a práce. Z hlediska **současné situace**, ze které

jedinec vychází, můžeme rozlišovat několik pozic. Soudím, že pozice jsou mimo jiné určeny tím, co jedinec ještě považuje za terapii a co už pro něj z tohoto rámce vybočuje. Koncept terapie se vyvíjí a rozrůžňuje dle rostoucích zkušeností z praxe. Práce může být z počátku chápána jako neterapeutická, posléze jedinec pozoruje ve své práci určitý úsek, který chápe jako terapii. Nakonec se koncept terapie ustálí a veškeré pracovní konání je zastřešeno systemickým myšlením. Jedinec pak dokáže odlišit jednotlivé kontexty práce a tím i posílit svou terapeutickou kompetenci.

Na základě svého výzkumu se domnívám, že terapeutické směřování nelze oddělit od života jako celku a životní etapy, kterou dotyčný prochází. Fáze života ovlivní nejen celkové zastřešení procesu stávání se terapeutem, ale také momentální **seřazení priorit**. Prioritou může být budování psychoterapeutické profesní dráhy, ale také usilování o zajištění rodiny či upřednostnění založení rodiny. Poslední dvě zmíněné kategorie souvisí s genderovým aspektem rozvoje profesní kariéry. Rozvoj kariéry ženy může být ovlivněn touhou naplnit své mateřské poslání, kariéra muže pak právě zmíněnou rolí živitele. Uvědomuji si, že v tomto ohledu znázorňuji tradiční pojetí, avšak u dotazovaných se jiná alternativní cesta neobjevila.

Důležité je také zjištění, že současná pozice terapeuta je odvozena od množství jeho **terapeutické praxe a jistoty**, kterou v praktikování terapie pociťuje. Terapeut se může potýkat s nedostatkem jistoty, který může souviset s jeho celkovým osobnostním nastavením. Naopak může pociťovat jistotu, avšak své limity cítit v nedostatku praxe. Také může cítit rezervy v obou oblastech či naopak se v obou cítit silný. Soudím, že jistota a množství praxe spolu velmi úzce souvisí. Terapeut je zpočátku postaven do obtížné a paradoxní pozice začít praxi bez zkušeností, které by mu mohly jistotu poskytnout. V tomto ohledu chápu jako stěžejní získání bezpečí, ze kterého lze při práci nadále vycházet a podstoupit riziko chybování a nejistoty, kterou praxe přináší.

V rámci popisu ideálního bodu, kam jedinec v terapeutické práci směřuje, ukázal výzkum čtyři významné kategorie – vzdělání a kvalifikace, věk, praxe a osobnostní vlastnosti. Jako stěžejní **kvalifikaci** lze chápat terapeutický výcvik, na čemž se shodli téměř všichni dotazovaní. Opět se zde vynořuje paradoxní nutnost praktikovat bez zakončeného výcviku. Vzhledem k tomu, že začleňování do praktikování je pozvolné a pod dozorem lektorů a kolegů na bezpečné půdě výcviku, považuji to za dostatečnou pojistku. Kromě zmíněného výcviku je také dotazovanými chápáno jako velmi užitečné i jiné vzdělání. Ať již se jedná o psychologii,

filosofii, medicínu či jiné pomáhající profese. V tomto ohledu je důležité umět ze vzdělání čerpat jako ze zdroje, ale zároveň nechat prostor k jiným alternativním pohledům a způsobům uvažování. To, o jaké vzdělání či výcvik se bude jednat, někteří dotazovaní chápali jako nepodstatné. Stěžejní pro ně bylo, že se sám jedinec chce učit. Vzhledem k individuálnosti vývoje a osobnostnímu nastavení každého jedince, mohou být cesty k terapeutické kompetenci různé. Důležitá je v tomto ohledu reflexe vlastního konání.

Dalším zmiňovaným kritériem terapeuta je **věk**. Zde se dotazovaní pohybovali na pomyslné dimenzi věku a zkušeností či zralosti. Soudili, že rostoucí věk může přinášet svá pozitiva – zvyšující se zkušenosti, toleranci a důvěryhodnost. Na druhou stranu se objevoval názor, že věk není stěžejní, ale to, co je důležité, je osobnostní zralost a zkušenosti. Právě zkušenosti a „otlučenost“ životem přináší rozrůzněnost pohledů. Umožňují také v rozumné míře dát klientovi najevo, že s ním jsme „na jedné lodi“, tedy, že je normální se s určitou situací potýkat. Podstatná je v tomto ohledu opět sebereflexe, která zamezí tomu, abychom upřednostňovali své potřeby v rámci sezení a sdělovali své obtíže a životní zkušenosti na úkor potřeb klienta řešit jeho situaci.

Výzkum dále zjistil stěžejní **vlastnosti**, které by terapeut měl mít. Ty lze chápat jako většinou o univerzální vlastnosti, které je možno aplikovat na jakéhokoliv terapeuta, nikoliv pouze systemického. Jedná se o charakterové vlastnosti, otevřenost, dobromyslnost, intelekt, verbální a neverbální schopnosti, ochotu učit se, stabilitu a tvořivost. Zajímavé je v tomto ohledu rozlišení mezi důvěrou terapeuta v jeho přístup a mezi důvěrou v sebe sama. Podle mého názoru tyto vzájemně propojené oblasti určují úspěšnost terapeutova působení. Protože, pokud použiji metaforu kouzelní – bez důvěry v kouzla, kouzla neplatí. Oproti tomu lze vymezit nedostatečnou důvěru v sebe a svůj přístup anebo také druhý extrém – přílišné „jasno“ a jistota. Tato jistota a jasno limituje svobodu možností úvah a nezáleží při tom, zda se jedná o jistotu vědeckou psychologovu či nevědeckou „kartářčinu“.

V rámci vývoje terapeutického umění lze na základě výzkumu stanovit jednotlivé **fáze vývoje**, které jsou vzájemně podmíněné. Od naučení se technikám, přes otevřenou mysl, nápady, lidskost a přirozenost, k vyvinutí si vlastního terapeutického stylu, v rámci kterého lze „ušít“ přístup klientovi na míru. V přirovnání k růstu květiny, které jedna z dotazovaných použila, nejdříve musí mít květina stonek a listy, aby mohla rozkvést. Celý proces osvojování si umění je zastřešen naplnění, smysluplnosti terapeutova konání. S výše zmíněným souvisí to, zda je možné

se terapeutickému umění naučit nebo se jedná o záležitost vrozeného talentu či daru. Dotazování tento aspekt spojuje s lehkostí a nábojem terapeutova působení. Soudím, že vyvinuté terapeutické umění, které není pouze řemeslem, umožňuje integrovat do terapie i prvky jiných přístupů.

Co se týče procesu stávání se terapeutem, je také významné soustředit se na **zdroje** pro terapeutický růst. V rámci svého výzkumu jsem v tomto směru došla k zjištění, že některé zdroje z minulosti přetrvávají i do přítomnosti. Jiné se pak objevují až s výcvikem a praxí. Přínosné jsou nejen předchozí výcviky a vzdělání, ale také sebezkušenost, kterou poskytují. Podobně také v minulosti pomohl systemický výcvik, který dal dotazovaným základy, ujasnění, techniky, teorii, „systém víry“, setkání s lidmi a směřování do praxe a praktikování. Mezi současné zdroje terapeutického rozvoje patří stále výcvik, který umožňuje nadále čerpat zkušenosti, nápady, techniky, zpětnou vazbu od kolegů v roli terapeutů či klientů. Dalším zdrojem pak je terapeutická práce pod supervizí a intervizí. Praxe přináší zpětnou vazbu od kolegů, od klientů, možnost objevit hranice své práce, nové nápady a podněty. Praxe též umožňuje ověřit si své kompetence, získat nové podněty a nápady a rozvíjet si tak terapeutický um. Kromě praxe také významný pohled „z druhé strany“, tedy zkušenosti z individuální terapie. Přínosné jsou i zkušenosti dalších výcviků a vzdělávání. Jako stěžejní zdroj také chápu životní zkušenosti, které mohou jedincovo terapeutické umění velmi silně obohatit.

Celkový proces směřování k umění terapie je možné převést do metafor. Metafory dle mého názoru souvisí s životní etapou a fází výcviku. Proces tak lze chápat jako objevování sebe sama a vyrovnání se se svou minulostí, a to jak na začátku, tak i v dalších etapách směřování v terapii. Stávání se terapeutem tak může představovat bloudění, hledání a objevování cesty. Výcvik v tomto ohledu může sloužit jako vodítko, jako světlo, dle kterého je možné se orientovat. Neustálé ptaní se po správnosti cesty s sebou dle mého názoru přináší pokoru a otevřenost novému. Odhodlanost učit se, vyvíjet se a nechat se inspirovat představuje další metaforické zastřešení. Důležité je v tomto smyslu podstupovat celoživotní učení, i když to s sebou přenáší chyby a zklamání. Proces stávání se terapeutem lze také vnímat jako jednu z linií životního příběhu. Podle mého názoru je právě pestrý, šťastný a vyrovnaný život nezbytný pro kvalitní terapeutickou práci. Poslední metaforou je návrat ke zdrojům, ze kterých může jedinec nyní čerpat. Pojí se dle mého názoru s osobnostní zralostí, životní moudrostí a vyrovnaností. Jedinec se v této metafoře vrací k tomu, co je mu nejvíce vlastní a v čem může naplňovat smysl

své existence. Závěry výzkumu zakončím citátem, který dle mého názoru naposled zmíněnou metaforu pěkně ilustruje a zároveň dává tečku i za předchozími výzkumnými zjištěními.

„Moc toho musel Tracy pochopit a hodně udělat. Ale aby vůbec někdy mohl udělat, co je třeba, musel začít u své práce. Aby kdy mohl udělat všechno, co udělat má, a není toho málo, musel Tracy začít s jednoduchou prací, se zvedáním a přenášením žoků s kávou. Chvilí stál a usmíval se nad tím žalostným obrázkem, který byl zároveň i krásný, nad tou spoustou práce, kterou má ještě vykonat. Zabíhal do všech podrobností a zároveň se je snažil neuspěchat. Oči mu bloudily přes dvorek k nízkému průjezdu v protějším domě. Přenesl dalších pár žoků, než opět vyhlédl ven, ale tentokrát jen letmo, protože práce ho už těšila a šla mu od ruky. Avšak i při tom letmém pohledu mu připadalo, že cosi spatřil. Nesl další žok a přemýšlel, co to bylo, a jestli to opravdu viděl nebo se mu to jen zdálo, neboť ta chvíle nabízela spoustu možností.“ (Saroyan, Tracyho tygr, 1997, s. 130)

4.9 DISKUZE

„Jednou ze základních vlastností seriózního badatele je vždy jistá dávka pochybností, a to i o vlastních zjištěních.“ (Pelikán, 1998, str. 28)

V rámci diskuse se bud snažit postihnout jak momenty metodologické, tak i podrobím diskusi samotné výsledky výzkumu. Následně navrhnou možnosti rozšíření či dalšího směřování výzkumu.

4.9.1 DISKUZE NAD ASPEKTY METODOLOGICKÝMI

Mnou zvolená kvalitativní metodologie s sebou nese limity z pohledu kvantitativní metodologie. Vzhledem k zaměření práce se jimi nebudu podrobněji věnovat, zmíním pouze základní. V první řadě se jedná o **nemožnost zobecnit** výsledky výzkumu. Tento limit je dán povahou výzkumu, která klade důraz na jedinečnost a neopakovatelnost. Jak uvádí Winter (2000), je u kvalitativního výzkumu významná důvěryhodnost a porozumění, nikoliv reprodukovatelnost výzkumu a zobecnitelnost na jiné kontexty. Stejně tak může být kvalitativnímu výzkumu vytýkána **subjektivita**, ta však plyne z filosofického východiska konstruktivismu a interakcionismu, a tudíž neoddělitelnosti zkoumaného a zkoumajícího. Jak

uvádí Miovský (2006) nebo Disman (2002), subjektivita s sebou nese hlubší porozumění a pochopení jedinečnosti pohledů.

Další limity plynou z výše uvedené „nečistoty“ neboli „eroze“ zakotvené teorie. Jak upozorňuje Hendl (2005), může docházet k směřování několika metod analýzy kvalitativních dat. Kromě utváření zakotvené teorie pak může docházet k popisu, přehnané obecnosti rovin, či kvantifikaci dat. Nebezpečím je také předčasné zakončení analýzy dat, aniž by bylo dosaženo vyšší úrovně. Všechny výše uvedené námitky by se mohly týkat také mého postupu, i když jsem se snažila jim předejít.

Diskutabilní může také být **validita** chápána jako pravdě-podobnost či věrohodnost údajů získaných mým výzkumem. Snažila jsem se proto o triangulaci týkající se získávání dat, výběru účastníků, vzorku, analýzy a interpretace, kritičnosti jak navrhuje Miovský (2006). Snažila jsem se proto o triangulaci při získávání dat, kdy jsem volila prostředí, které by co nejméně narušilo otevřenost účastníků a navodilo situaci důvěry. Usilovala jsem dále o triangulaci výběru výzkumného vzorku. Jednalo se o samovýběr, cílený výběr, stejně jako výběr technikou sněhové koule. Snažila jsem se tak předejít efektu zkreslení na základě výzkumu pouze osob, které se výzkumu nevyhýbají. Snažila jsem se o datovou triangulaci, jak uvádí Hendl (2005), kdy jsem stávání se terapeutem zkoumala u různých osob v různých časových momentech. Usilovala jsem taktéž o metodologickou triangulaci, kdy jsem doplňovala údaje z rozhovorů údaji z pozorování a ankety. Při interpretaci dat jsem užila taktéž triangulaci – čerpala jsem z literatury, vlastní zkušenosti ve formě stanovených předpokladů a z tvarů, které vystoupily a ukázaly se z dat samotných. Snažila jsem se nevykloučovat výjimky, chápala jsem je jako znak inkonsistence vlastní teorie.

Diskutovány by mohly být taktéž aspekty mého **výzkumného postupu**. Problémem by mohla být různá prostředí, ve kterých se rozhovory odehrávaly. Avšak, jak jsem výše uvedla, snažila jsem se, aby je vybírali sami dotazovaní tak, aby se v nich cítili dobře. Podobně by mohla být zkreslující doba, ve které se výzkum odehrával. Volby doby opět byla na účastnících výzkumu. Dále by mohla být diskutována měnící se formulace a struktura rozhovoru u jednotlivých dotazovaných. Usilovala jsem však o to, jak radí Miovský (2006), aby výzkumná situace byla co nejvíc příjemná a přirozená, stejně jako moje chování a tím pádem i plynutí rozhovoru. Okruhy jsem se vždy snažila postihnout všechny, i když v rozdílném pořadí a hloubce.

Podobně již výše zmiňovaná obtížně určitelná hranice mezi výzkumem a terapií by mohla být mému přístupu vytknuta. Limity s sebou nese taktéž má interpretace těch částí rozhovorů, které jsem prováděla s účastníky vlastní výzkumné skupiny. Vzhledem k bližší znalosti z výcviků a osobní zkušenosti s nimi jako terapeutky, soudí, že se naopak může jednat o výhodu, nikoliv nevýhodu. Dalšími faktory, které by mohly narušovat validitu výzkumu, by mohlo být zkreslení mnou coby badatelem na základě vlastních předpojatostí, zkreslení elitou, kdy bych mohla v úvahu brát více data od výřečnějších jedinců. Dále pak může hrozit holistické zkreslení, kdy mohu události prezentovat strukturovaněji a uceleněji nežli jsou. Naopak mi může být vytknuto soustředění se pouze na zvláštnosti a odlišnosti oproti jiným podstatným ne tolik výrazným jevům.

4.9.2 DISKUZE NAD ZÁVĚRY VÝZKUMU

Vzhledem k výše uvedeným aspektům jsou zákonitě ovlivněny také výsledky výzkumu. Na tomto místě bych ráda svá výzkumná zjištění podrobila diskuzi s autory, kteří zkoumali proces profesní socializace, konkrétně stávání se profesionálem v daném oboru. Jedná se o studie českých i zahraničních autorů. Předem bych ještě ráda podotkla, že studií zabývajících se přesně mnou vymezeným tématem se mi podařilo objevit poměrně málo. Nyní pohovořím o volbě pramenů k diskusi.

Velmi zajímavě je proces stávání se psychoterapeutem reflektován u mnoho let působících terapeutů. Zprostředkovaně jsem se o nich dozvěděla pomocí knihy Hovory o psychoterapii (Hučín, 2001). Považuji za fascinující sledovat tok myšlenek známých psychoterapeutů a při té příležitosti konfrontovat svoji vlastní zkušenost. Některé aspekty z této knihy uvedu níže. Knihu jsem si vybrala zejména proto, že odráží situaci typickou pro českou psychoterapeutickou obec očima známých psychoterapeutů.

Jako prameny mi kromě výzkumů a sebereflexí zkušených terapeutů (Comas-Díaz, 2005, Kaslow, 2005, Kinsella, 2001, Lowe, 2005, Mahrer, 2005, McCullough, 2005, Paris, Linville, Rossen, 2006, Scalon, Taille, 1994) také sloužily výzkumy začínajících učitelů (Heřmanová, 2004, Chalupová, 2002, Pitkala, Mantyranta, 2003, Vašutová, 2002). Začínající učitele jsem vybrala z toho důvodu, že se jedná o velmi k psychoterapii blízkou pomáhající profesi. Jak uvádí Cifali (1999), která parafrázuje Freuda, patří učitelství, stejně jako analýza a vládnutí do skupiny „nemožných povolání“, kde si nelze být předem jistý výsledkem. Charakteristiky, které mají terapie („analýza“) a učitelství podobné, pak jsou následující. U obou profesí že jsme si dopředu

jisti selhání, dále je u obou uplatňována moc, vztahy jsou křehké, jsou vymezována teritoria a hranice. Obě povolání se vyznačují vysokou mírou osobní angažovanosti nutností formulovat etická pravidla a nemožnost redukovat druhého člověka na objekt našeho záměru (Cifali, 1999).

Užila jsem také prameny týkající se výzkumu mladých lékařů a fyzioterapeutů (Richardson, Lindquist, Engardt, 2002, Pitkala, Mantyranta, 2003), protože i tuto profesi chápu jako velmi blízkou psychoterapeutické profesi. S pacientem je také navazován blízký vztah, který se vyznačuje angažovaností. Lékař se také často setkává s emocionálně náročnými situacemi a stejně jako u učitelů, musí dodržovat etiku a nechápat pacienta jako objekt svého působení. Kromě výzkumů také užívám jako prameny odbornou literaturu, která pojednává o vlastnostech terapeutů (Komárková, Slaměník, Výrost, 200, Smail, 2001, Vybíral, 2002).

Budu diskutovat zejména aspekty nejčastěji v literatuře reflektované – jistotu, zralost a věk, vhodné a nevhodné vlastnosti, možnost se naučit umění terapie či potřeby vrozeného nadání. Dále podrobím diskusi zdroje terapeutické kompetence.

4.9.2.1 JISTOTA

V rámci výzkumu jsem dospěla k zjištění, že současné stadium vývoje v procesu stávání se terapeutem je u dotazovaných ovlivněno začleněním terapie do celkového rámce pracovního a osobního života. Stejně tak se ukázal **vliv jistoty** a nejistoty na současnou pozici, kterou si dotazovaní připisují. O jistotě a nejistotě u začínajících lékařů hovoří také Pitkala, Mantyranta (2003) ve své kvalitativní studii. Dospěli k závěru, že z počátku popisovali začínající lékaři nejistotu před pacientem a nedostatečnou důvěryhodnost. V prvním roce praxe došlo k významnému rozvoji profesního sebepojetí coby lékaře, lékaři byli se svojí pozicí více spokojeni.

4.9.2.2 VĚK A ZRALOST

Další kategorie, která se zabývá ideálem směřování, obsahuje vymezení z hlediska vzdělání, věku a vlastností. Z hlediska věku zastávali dotazovaní pozice od významu **věku** pro životní zkušenosti po nedůležitost věku. K věku terapeutů se vyjadřuje Lowe (2005). Soudí, že terapeutická zkušenost sama od sebe není zárukou kvalitní terapie. Rozlišuje dvě skupiny starších terapeutů – v první skupině terapeuti pouze dělají rutinní práci, tupě opakují stejné techniky, recyklují stejné myšlenky, nepodivují se nad novými případy. Druhou skupinu pak tvoří starší terapeuti, kteří oceňují jedinečnost každého případu, zachovávají si to, co buddhismus nazývá

„mysl začátečníka“ (beginner's mind), chut' se učit a podívat se nad novými podněty. Jsou pak schopni kombinovat své životní zkušenosti a zkušenosti profesní tak, že jsou v terapii plodní a tvořiví.

Jako výhodu mladých terapeutů vidí odvahu, nadšení a fyzickou energii, které starší terapeuti nejsou schopni dosáhnout „*ani po čtyřech šálcích kávy a dvou panáčích ženšenového výtažku*“ (Lowe, 2005, s. 1) Výhodu starších terapeutů pak shrnuje do několika bodů. Věk a životní zkušenost umožňuje starším terapeutům přijmout a napojit se na více typů klientů a jejich témat. Také umožňují, díky prožité zkušenosti, být více čitelný v názorech na dané téma. Druhou výhodu pak vidí v tom, že se terapeut nechá méně snadno „unést“ kontroverzními tématy, je schopen si více stát za svým směřováním k pomoci, nedostává se zbytečně do konfliktů. Jako třetí výhodu chápe schopnost terapeuta vymezit si hranice, i když proces vymezování je nepříjemný. Jeho snažení však směřuje k dlouhodobějšímu cíli. Starší terapeut také podle něj má za 30 sekund více nápadů než začínající terapeut za 30 minut. Taktéž je schopen ustát ticho v rámci sezení, necítí, že by měl něco říci. Ticho je schopen pro sebe i pro klienty využít k přemýšlení. Výhodou staršího terapeuta je také schopnost vidět více pohledů a cest terapie a odvaha říkat své vlastní hypotézy a předpoklady.

V rámci představ o věku se také v mém výzkumu objevil důraz na **zralost**. Zralost je chápána jako významný aspekt osobnosti například Jaroslavem Skálou v rámci Hučinovy (2001) publikace. Psychoterapeut by podle něj měl projít procesem osobního zrání a měl by tak umět svůj život uchopit. Nestačí pouze znát techniky, je důležitá schopnost sebevlády a uspořádaná „trojnožka života“ – rodina, profese, zdraví a sexuální vztahy. Schopnost rozumět sám sobě, své minulosti, přítomnosti a budoucnosti zdůrazňuje taktéž Jan Vymětal. Stěžejním je pak sebezkušenostní výcvik, v rámci kterého dojde k odžití si problémů, bolesti. Práce na sobě je předpokladem osobnostního růstu, procesem stávání se psychoterapeutem.

4.9.2.3 VLASTNOSTI VHODNÉ A NEVHODNÉ PRO TERAPEUTA

V rámci diskuse se také pozastavím u stanovení vlastností terapeuta. Na základě výzkumu jsem došla ke kategoriím charakteru, otevřenosti, dobromyslnosti a příjemnosti, intelektu, stability, tvořivosti, odhodlanosti, ochotě učit se a verbálním a neverbálním schopnostem. S tímto se shoduje zjištění Heřmanové (2004), která vidí u učitelů jako stěžejní rozvíjet otevřenost, flexibilitu, toleranci, odolnost vůči zátěži, sebekritičnost, komunikativnost. Podobně také Richardson, Lindquist, Engardt (2002) ve svém výzkumu zdůrazňují na základě rozhovorů se

začínajícími fyzioterapeuty schopnost komunikovat, jednat profesionálně a zároveň projevat empatii. Stejně tak Ján Praško v Hučínově (2001) publikaci uvádí, že terapeut by měl být empatický, lidsky hodnotný, uvažující o sobě a druhých, vstřícný.

Vybíral (2006) navíc uvádí pokoru ve smyslu, který je velmi blízký systemickému. Je důležité, aby byl terapeut pokorný tak, aby neměl pocit, že „snědl všechnu moudrost světa“. Měl by být v pozici toho, který si nemyslí, že všechno o klientovi ví lépe, že je někým víc, může být přezíravý a nadřazený. I když tyto slova, dle Vybírala (2006) mohou znít triviálně, s takovým nerovnocenným postojem se u terapeutů lze setkat často. Zajímavý pohled v tomto ohledu nabízí Smail (2001). Celou věc relativizuje tím, že uvádí, že nelze specifikovat dobrého terapeuta, protože je velmi individuální, co klientům vyhovuje. Jako důležité pak chápe terapeutovu osobnost, nikoliv techniky, které užívá.

Dotazovaní vymezili vedle vhodných vlastností, také vlastnosti, které jsou dle jejich názoru pro terapii nevhodné – strnulost, nejistota, nepříjemnost, nedostatek intelektu, netrpělivost, strnulost, pocit expertnosti na klientův život a potíže. Podobně Komárková, Slaměnik, Výrost (2001) uvádí nevhodné vlastnosti terapeuta – úspěchanost na klienta, rigidita, přehnaná sebedůvěra a z toho plynoucí přeceňování sebe sama nebo naopak nedostatek sebedůvěry, neschopnost mluvit srozumitelně.

4.9.2.4 LZE SE TERAPII NAUČIT?

V rámci procesu směřování k výše uvedenému terapeutickému ideálu se objevila otázka možnosti naučit se umění terapie. Dotazovaní se pohybovali na spektru obou možností – od lze se psychoterapii naučit až po nemožnost se naučit a potřeby vrozeného talentu. O potřebě vrozeného nadání hovoří Ján Praško. Mnoho dovedností se podle něj lze naučit a osvojit si, avšak bez nadání se podle Praška nemůže terapeut stát dobrým terapeutem (Hučín, 2001).

Psychoterapeutický výcvik v procesu utváření profesionality terapeuta hraje na základě výsledků mého výzkumu velkou roli. Schopnost rozumět sám sobě, své minulosti, přítomnosti a budoucnosti zdůrazňuje taktéž Jan Vymětal. Stěžejním je pak sebezkušenostní výcvik, v rámci kterého dojde k odžití si problémů, bolesti. Tato práce je předpokladem osobnostního růstu, procesem stávání se psychoterapeutem. Autoři, Hana Junová, stejně jako Ján Praško, upozorňují, že ukončený sebezkušenostní výcvik však neznamená automaticky schopnost vykonávat psychoterapii, na čemž se shodují s výsledky mého výzkumu.

4.9.2.5 ZDROJE TERAPEUTICKÉHO VÝVOJE

Jako nejvýznamnější zdroje terapeutického vývoje chápou dotazování **praxi** v rámci výcviku i mimo jeho rámec, životní zkušenosti a podstupování individuální terapie. Výsledky se shodují se zjištěními Kinsella (2001), který vyzdvihuje význam reflektivní praxe (reflecting practice) v rámci procesu stávání se terapeutem a procesního růstu. Stejně tak Heřmanová (2004) a Vašutová (2002) uvádí na základě výzkumu učitelů, že je důležitá teoretická a praktická zkušenost, reflexe reality a sebereflexe. Profesní sebereflexe je kompetence, kterou musí profesionálové více rozvíjet.

Stejně jako dotazování, tak i Mahrer (2005) uvádí jako nejvýznamnější při svém stávání se terapeutem uspokojení potřeby být lepší a učit se. Osvojování pak chápe jako komplexní směřování k roli terapeuta včetně stylu řeči, pohybů apod. Jako důležité ve své profesní cestě vidí setkávání se s inspirativními učiteli a nadanými praktiky. Dotazování jako velmi důležitý zdroj své kompetence chápali rozbor **videonahrávek**. S tímto se shoduje Mahrer (2005), který také zdůrazňuje zkoumání nahrávek sezení známých terapeutů. Jako stěžejní však chápe svou vlastní praxi, za kterou se naučil více než za roky zkoumání videonahrávek. Obdobně terapeutka McCullough (2005) uvádí, že pro ni při stávání se terapeutem bylo nejdůležitější analyzovat videa ze sezení s klienty.

Další důležitou oblastí podporující profesní růst, kterou zmiňují účastníci mého výzkumu, je **supervize**. Právě tento zdroj považují za stěžejní Scalon, Taille (1994). Zdůrazňují zejména význam dozoru školitele při počátcích praxe, stejně jako dostupnost supervize. Budoucí terapeuti, frekventanti výcviku, vnímali velmi silně mezeru mezi teorií a praxí. Pocit kompetence v praxi jim dodávala zejména možnost konzultovat se zkušenějšími kolegy popřípadě se supervizory. Zdůrazňují také důležitost stáží.

Nejen setkání se zkušenými terapeuty, ale také reflexe vlastní životní zkušenosti a svého vývoje, hraje dle dotazovaných stěžejní roli. **Sebezkušenost a životní zkušenosti** se objevují jako faktor utváření profesionality terapeuta například v Hučínově (2001) publikaci uvádí Jan Kožnar. Psychoterapeut podle něj nemůže ani nemusí procházet tím stejným, čím procházejí jeho klienti, aby je pochopil. Stačí, když psychoterapeut prošel svými vlastními zápasy, pokusil se je reflektovat a pochopit je. Právě reflexí zápasu, vlastním zklidněním může psychoterapeut získat větší porozumění pro druhé. To, že si terapeut projde svou osobní krizí, pozná bídu své vlastní existence a svého já, prožije zklamání ze svého já, bude mít dle Kožnara větší talent a cit

k druhým a jejich trápení. Jaroslav Skála tvrdí, že psychoterapeut musí mít svůj život v pořádku, musí být expert svého života. Nestačí pouze znát techniky, je důležitá schopnost sebevlády a uspořádaná „trojnožka života“ – rodina, profese, zdraví a sexuální vztahy.

Obdobně Paris, Linville, Rossen (2006) ve svém výzkumu začínajících rodinných terapeutů zdůrazňují vzájemný vliv osobního a profesního růstu. Stejně tak Wong-Wylie (2006) ve svém kvalitativním výzkumu supervizorů dospěla k zjištění o velké propojenosti jejich životních a profesních zkušeností. Mezi druhy dovedností, ve kterých k růstu dochází, uvádí Paris, Linville, Rossen (2006) schopnost zaujímat různé perspektivy, větší čitelnost vlastních emocí a motivů, pocit sebedůvěry a důvěry ve své schopnosti a dovednosti. Dále se rozvíjí ve schopnosti rozlišovat mezi situacemi, kdy je třeba zasahovat a kdy je možné dát věcem volný průběh. Dochází k rozvoji důvěryhodnosti, čestnosti a upřímnosti, optimismu. Také se zvyšuje množství vědomostí. Uvádí také jako významný posun směrem k většímu důrazu na sám sebe a péči o sebe a z toho plynoucí lepší znalost svých přesvědčení a hodnot. S tím se také pojí lepší schopnost udržovat si hranice ve vztazích s lidmi. Dále schopnost týmové práce, otevření se supervizi.

4.9.3 DISKUSE NAD MOŽNOSTMI DLAŠÍHO VÝZKUMU

Diskusi bych ráda uzavřela dalšími návrhy na rozšíření výzkumu z hlediska postupů či témat, kromě již výše nastíněných. Zajímavé by, podle mého názoru, bylo rozšířit výzkumný vzorek na o další účastníky výcviku ISZ i z jiných úrovní. Umožnilo by to dosáhnout celé škály vývoje profese terapeuta. Popřípadě by mohlo být užitečné se též věnovat lidem, kteří již výcvik absolvovali. Podobně pokračovat ve výše nastíněných otevřených otázkách se stejnými dotazovanými.

Stejně tak by bylo užitečné zaměřit se na další profesní vývoj dotazovaných. Přineslo by to s sebou možnost reflektovat naplnění jimi stanovených cílů. Takovýto výzkum by mohl poukázat na další aspekty procesu stávání se terapeutem. Také sledování vlivu etnicity a kultury na utváření terapeutických kompetencí chápu jako podnětné výzkumné téma. Tímto tématem se zabývala například Kaslow (2005) a McCullough (2005), které zdůrazňují jako zdroj své profesionality v rámci etnických kořenů a v rodině podmíněnému zájmu o lidské příběhy. Podobně Comas-Díaz (2005) vychází ze své kultury v Puerto Ricu a tradice léčitelství a magie v její rodině. Z jejího procesu stávání se terapeutem velmi výrazně vychází důraz na schopnost intuice, determinaci kulturní a jazykovou a s ní se pojící dilema mezi zvykáním si a

přizpůsobením se a zachováním si jedinečnosti svých vlastních kořenů. Sama sebe chápe jako terapeuta „před narozením“ v konzultační místnosti i mimo ni.

Zajímavé by též bylo zohlednit pohled klienta na to, kdo je dobrým terapeutem, což by umožnilo vyslechnout i druhou stranu, která utváří terapeutický pár. K zdůraznění pohledu klienta se kloní například Gordon (2000). Dále se mi jeví jako perspektivní užít i jiných metod výzkumu, například dotazníku zaměřujícího se na zkoumané aspekty. Podobně by mohlo být užitečné skloubit s výsledky výzkumu závěry z nové studie založené na kvantitativní metodologii např. co se týče aspektu vlastností terapeuta. K zajímavým zjištěním by také mohl vést výzkum v rámci zcela jiné terapeutické školy, který by poukázal na univerzálnost či naopak specifickou vlastností a průběhu procesu stávání se terapeutem. Jak je vidět, téma mé práce je velmi pestré a plodné, a proto nabízí široké pole pro další možné výzkumy. Vzhledem k rozsahu práce nechám v tomto ohledu pracovat fantazii čtenáře a přejdu k závěru své diplomové práce.

5 ZÁVĚR

„A koncem všech našich výzkumů bude, že dojdeme tam, kde jsme začali a poprvé to místo poznáme.“ (T.S.Eliot)

Pomocí postihnutí teoretického zakotvení systemického přístupu a dále s užitím kvalitativního výzkumného projektu jsem se vydala na cestu porozumění procesu stávání se terapeutem. Jak uvádí citát, jsem opět na počátku a mohu nyní shrnout, jakým způsobem jsem výchozí místo poznala.

Má cesta procházela taji kořenů systemického přístupu, ve kterém považuji za stěžejní snahu rozšířit, prostřednictvím dialogu společně s klientem, možnosti myšlení a porozumění. Podobně stěžejní je pak usilování o nalezení podmínek, za kterých je klient schopen aktivovat své zdroje k dosažení cíle. Klient je v tomto přístupu chápán jako expert na svůj život a terapeut pak využívá naivity a zvědavosti k otevírání rozdílných pohledů a možností.

Přístup ISZ není na základě svých teoretických východisek radikálního konstruktivismu, biologické gnoseologie a poststrukturalistické teorie orientován na diagnostiku problému, jeho klasifikaci a kauzalitu. Naopak, systemická škola ISZ bojuje proti škatulkování a nálepkování, vědění o klientově tématu a jeho řešení je utvářené zpracováváním individuálních zkušeností v dialogu s terapeutem. Systemická praxe se soustředí na způsob, jakým členové sociálního systému, utvářeného prostřednictvím komunikace a jazyka v interakci, vytváří realitu a jak je tato realita udržována. Terapeut si je vědom faktu, že realita je pouze jeho konstrukce, která je ovlivněna jeho zkušeností a kulturou. Právě vzájemné utváření smyslu v dynamickém procesu konverzace je stěžejní pro terapeutickou práci. Jazyk je chápán jako prostředek, který konstruuje sociální zkušenost, tedy způsob, jakým lidé mluví o věcech, tyto věci utváří. Dominantní příběhy pak utváří naši budoucnost, tedy to, co očekáváme a k čemu směřujeme. Stejně tak též tvarují naši minulost – to, jaký smysl dáváme věcem, které se odehrály.

Způsob, jakým si terapeut a klient sednou, je mnohdy daleko důležitější než terapeutická škola, ve které terapeut působí. Je pak na profesionální zodpovědnosti terapeuta rozhodnout, zda s tím, jakým způsobem pracuje, může danému klientovi pomoci. Je zcela nezbytné posuzovat každého klienta individuálně a neaplikovat stejné techniky na všechny. Terapeut by měl respektovat rozdílnost svého světa a světa klienta tak, aby si byl vědom rozdílných významů,

kteřé daným jevům připisuje. Terapeut by měl být dostatečně silný, aby připustil, že všem klientům nemůže pomoci se všemi problémy.

Všechny terapeutické směry se snaží naplnit stejné poslání – pomoci klientovi. Pouze se liší v prostředcích, které k tomu používají. Považuji za důležité, aby se terapeuti z rozličných škol snažili jednotlivé směry sblížit, místo, aby jednotlivé světy oddělovali. Terapeutické směry se mohou jeden od druhého učit a tím se vzájemně obohacovat pro práci s klienty. Čím více cest terapeut vidí a může klientovi nabídnout, tím lépe může klientovi pomoci. Klienti by měli být informováni o jednotlivých směrech, aby si mohli svobodně mezi nimi volit.

Má práce se sice věnuje stávání se terapeutem v systemickém kontextu, avšak mnohé závěry mohou být platné i v kontextech jiných směrů. V úvodu práce jsem si položila otázky týkající se procesu stávání se terapeutem. Zjištění výzkumu ukazují mnohovrstevnost a pestrost pohledů na fenomén stávání se terapeutem. Různí pozorovatelé reflektují tento proces svou optikou. Ať již se jedná o nynější pozici, ideál směřování, cestu k němu či zdroje. Stejně tak celkové zastřešení s sebou nese typické prvky každého jedince dle jeho individuálního pohledu, životní a profesní zkušenosti. Přesto si lze, opět skrze optiku dalšího pozorovatele – autorku této práce – udělat v celku ucelený náhled na proces stávání se terapeutem pro konkrétní zvolený vzorek.

V rámci výzkumu jsem chápala výchozí bod stávání se terapeutem jako stěžejní. Zjistila jsem, že nynější stav v terapeutickém vývoji je důležité hodnotit nejen z poměru jistoty a zkušenosti, ale také zohlednit ostatní kontexty osobního a pracovního života. Proces stávání se terapeutem by se pak mohl na základě odpovědí dotazovaných odvíjet od toho, jaký si stanovují koncept terapie. Začátečníci tedy teprve koncept terapie hledají a usilují o začlenění terapeutických prvků do své práce. Pokročilejší etapu představuje zastřešení celkového procesu práce do systemického myšlení. Tento vývoj lze interpretovat jako běžné vytváření si konceptu terapie na základě nových poznatků a zkušeností z výcviku a z praxe. Další dilema, se kterým se může terapeut ve svém vývoji potkat, je pak dle dotazovaných snaha o rovnováhu mezi terapií a ostatním životem a prací. Do tohoto aspektu se promítají genderově podmíněné charakteristiky související s rodinným životem. Výzkum ukázal, že muži musí své terapeutické směřování skloubit s potřebou uživit rodinu, ženy pak se svým směřováním k mateřství.

Další významný okruh, který výzkum přináší, je téma konceptu ideálního terapeuta z hlediska kvalifikace, věku a vlastností. Na základě výzkumných dat se domnívám, že je stěžejní

nejenom akademické vzdělání, ale také výcvik a životní zkušenosti. Ukázalo se, že věk hraje roli zejména z hlediska důvěry, se kterou se mohou klienti terapeutovi svěřit. Dotazovaní však také soudí, že právě zralost může být důležitější než věk. Význam pak nabývají zkušenosti a z toho plynoucí tolerance k různosti pohledů v rámci terapeutického sezení.

Co se týče vlastností terapeutického ideálu, zjistila jsem několik kategorií týkajících se osobnosti terapeuta. Jedná se o morální vlastnosti, otevřenost, dobromyslnost, intelektové a verbální schopnosti, stabilitu, odhodlanost a ochotu učit se. Oproti tomu vymezují dotazovaní negativní vlastnosti terapeuta jako je strnulost, nejistota, nepříjemnost, neschopnost tvořit, nedostatek intelektu a pocit „vševědění“. Dle mého názoru je důležitý aspekt, na který respondenti poukazují, a tím je schopnost s negativními vlastnosti zacházet, reflektovat je a poučit se z nich. Stejně tak považuji za podstatnou schopnost být v rámci terapie lidský, přirozený a umět dát věcem volný průběh.

Konkrétní aspekty práce a zlepšení terapeutického umění se odvíjely od úrovně výcviku. S vyvíjejícím se konceptem terapeutické práce tak dotazovaní směřují od osvojení si technik přes lidskost, nadsled po vyvinutí si vlastního terapeutického stylu obohaceného o techniky směrů jiných. Jako nadstavbu jsem pak chápala směřování k celkovému smyslu terapeutické práce, který se odvíjí od vyzrálosti a životní zkušenosti dotazovaných.

Celkový proces směřování k výše stanovenému terapeutickému ideálu je ovlivněn předpokladem osvojitelnosti terapeutického umu. Účastníci výzkumu soudili, že se lze terapii naučit, avšak za předpokladu existence talentu, nadání či daru pro tuto profesi. Někteří naopak soudili, že se jedná o dar, bez kterého nelze terapii vykonávat kvalitně.

Významná část výzkumu je také věnována zdrojům, ze kterých na popisované cestě terapeuti čerpali a čerpají. Jedná se nejen o výcviky školení, ale také zkušenosti z praxe poskytující reflexi klientů, kolegů a spolupracovníků. Soudím, že právě praktikování posiluje terapeutickou kompetenci nejvíce. Z výzkumu dále vyplynulo, že zdrojem rozvoje jsou nejen zkušenosti ze supervizí, které poskytují reflektování chyb a pomáhají rozvoji, avšak také poznání sebe sama v rámci individuální terapie. Skloubením životní zkušenosti a dalšího vzdělání také představuje stěžejní zdroj.

Soudím, že základem pro kvalitní terapeutickou práci jsou zjištěné oblasti sloužící jako zdroje terapeutické kompetence. Dobrý terapeut by měl dle mého názoru mít na jedné straně pokoru a úctu k druhým a na druhé straně důvěru v sebe a úspěšnost svého přístupu. Terapeut by

si měl též uvědomit, že není všemocný, že může dělat chyby. Měl by tím pádem být otevřený supervizi, učit se z vlastních chyb a z vývoje terapie. Stejně tak by měl překonat rigiditu a svázanost jedním pohledem a měl by usilovat o integrování nových trendů do své práce. Výše zmíněné podmínky vyžadují právě celoživotní sebereflexi a studium - učení se z literatury i z praxe, od sebe sama i od kolegů, od supervizorů, z běhu vlastního žití a světa kolem.

Celkovým zastřešením procesu stávání se terapeutem uzavřu mé shrnutí výzkumných zjištění. V rámci metaforického znázornění se ukázalo, že i tato kategorie závisí na životní etapě, ve které se dotazovaní nachází. Počínající terapeut objevuje sám sebe, hledá smysl i cestu v terapii. Dále se může otevřít zdrojům, učit se v životě i praxi a posléze se vrátit k bodu, odkud vyšel, avšak jiný a schopný ze svých dřívějších zdrojů čerpat. Tento návrat může souviset se zralostí a vyspělostí terapeuta.

Ačkoliv můj výzkum vedl k řadě cenných zjištění a rozšířil poznání, mnoho otázek stále zůstává otevřeno. K jejich zodpovězení by mohlo vést zavedení jiného typu metodologie či rozšíření výzkumu na větší vzorek dotazovaných, například i jiných úrovní výcviku či z kontextu zcela jiné terapeutické školy. Zajímavé by též bylo zohlednit pohled klienta na to, kdo je dobrým terapeutem, což by umožnilo doplnit mozaiku tohoto procesu.

Předkládanou práci tedy chápu jako ucelený příspěvek do oblasti stávání se terapeutem – v naší psychologii dosud poměrně zanedbávané oblasti. Prohloubila ještě více mé porozumění některým stránkám přerodu frekventanta výcviku v terapeuta. Práce vedla k většímu ucelení pohledu na stávání se terapeutem a také s sebou přinesla další diferenciaci a utřídění pojmů týkajících se procesu stávání se terapeutem jako je výchozí pozice, směřování a jeho ideál, minulé, současné a budoucí zdroje terapeutického růstu. Dále tím posunula schopnost vymezit jednotlivé aspekty, které mohou být pro utváření terapeutické profesionality užitečné.

Dalším přínosem diplomové práce též vidím v přehledném utřídění východisek systemické terapie, jejich filosofických kořenů a psychoterapeutických systemických škol, které ji inspirovaly. Stejně tak nastínění směru uvažování o stávání se terapeutem a vyzdvihnutí jednotlivých složek tohoto procesu na základě empirického výzkumu chápu jako zdařilé.

V praktické části pak považuji za významné vytvoření průvodce pro začínající terapeuty, kterého jsem vytvořila nejen s ohledem na závěry výzkumu, ale také na poznatky z odborné literatury. Cílem průvodce je podpořit je a pomoci jim v cestě za osvojováním si terapeutické profese. Zdůrazňuji nejen možnost obrátit se na své kolegy a supervizory, ale také normalizuji

počáteční nejistotu v náročné terapeutické profesi. Průvodce by mohl sloužit jako doplněk úvodní složky, kterou dostávají lidé vstupující do výcviku ISZ. Podobně by také mohl být nabídnut na internetové stránky České asociace studentů psychologie, kde by k němu měla přístup širší studentská veřejnost. Soudím tedy, že i přes své nedostatky, může být práce přínosem v oblasti systemické teorie a praxe.

Vzhledem k celkovému ladění práce si na závěr neodpustím citát z krásné literatury, který míru jistoty našeho poznání relativizuje s poukazem na komplexnost okolního světa. O nic víc však nesnižuje hodnotu naší snahy a pokusů tuto komplexnost poznávat, pozorovat a kochat se jí. „Můj pohled šplhá po skalní stěně a já vidím, jak je jeskyně součástí útesu, díky větru a dešti, kloužu zrakem mezi dvěma tmavými pruhy k vrcholu skály a vidím, jak je průrva kaňonu součástí náhorní planiny, díky větru a ohni uvnitř země, a můj zrak se odráží d hrany útesu a skáče k pouštní obloze barvy tropického moře a já vidím, jak je nebe součástí země, díky životu samotnému. Skutečnost je součástí Božské podstaty: bytí je součástí celku. A chápu, jak psychiatrie božskou podstatu przní, trhá její jemné předito celku na kousky, přisvojuje si to, co je ve skutečnosti dechem duše – veškerý bohatý a nepoznaný život duše – a pěchuje to do maličké konzervy poznaného, které říká „psychologie“.“ (Shem, Hora hoře, 2002, s. 483)

6 SOUHRN

Práce se věnuje procesu stávání se terapeutem v systemickém kontextu. Vymezuje filosofické i psychoterapeutické kořeny systemického pojetí. Zdůrazňuje návaznost na postmoderní myšlenkový proud, zejména pak poststrukturalismus, radikální a sociální konstruktivismus a moderní biologickou gnoseologii.

Učení pražské systemické školy ISZ (Institutu pro systemickou zkušenost) pak postihuje z hlediska hlavních témat. Zdůrazňuje jejich teoretické zakotvení stejně jako praktické aplikace. Zabývá se tak pěti hlavními proudy v systemickém myšlení – Milánskou školou rodinné terapie, strategickou terapií Milтона Ericksona, krátkou terapií orientovanou na řešení, učením Hamburské školy a narativním přístupem. Poté se zaměřuje na vymezení role terapeuta, role klienta a jejich společnou práci v terapeutickém dialogu. Zdůrazňuje sebereflexi terapeuta jako hlavní metodu terapeutického působení, pojednává také o modelech, které sebereflexi terapeuta usnadňují. Dále se věnuje umění dialogu coby hlavní dovednosti a umu systemického terapeuta. Nezanedbává také důležitou oblast systemické etiky a supervize.

V empirické části pak práce na základě kvalitativního výzkumného designu rozhovoru doplněného o anketu sleduje konkrétní podobu procesu stávání se terapeutem u 19 dotazovaných účastníků výcviku ISZ (13 žen a 6 mužů). V rámci procesu stávání se terapeutem se zabývá současným stavem, který je podmíněný poměrem jistoty a praxe. Dále se věnuje směřování k terapeutickému ideálu, který vymezuje na základě osobnostních vlastností, vzdělání, zkušenosti a zdůraznění vybraných složky terapeutické práce. Tento proces začleňuje do celkového kontextu života a praxe konkrétních účastníků výzkumu. Věnuje se také minulým a budoucím zdrojům terapeutického růstu, které umožňují směřování k vytyčenému cíli, konkrétně pak zkušenostem z praxe, reflexím od klientů a kolegů, podnětům ze supervizí. Zabývá se i zdroji plynoucími z vlastního růstu na základě individuální terapie, růstu s ohledem na životní směřování a naplňování smyslu vlastní práce. Sleduje též různé formy zastřešení procesu stávání se terapeutem formou metafor – objevování sebe sama, hledání cesty a smyslu, otevírání se novým vlivům nebo návratu ke zdrojům.

V závěru práce jsou formou diskuse nastíněna další směřování výzkumu. Důležitým praktickým výstupem je návrh průvodce pro začínající terapeuty, který slouží k podpoře jejich obtížné pozice vstupu do profese a osvojování si profesní role.

7 PŘÍLOHY

7.1 PŘÍLOHA 1 – CHARAKTERISTIKY PROFESÍ

Pojem profese, povolání a řemeslo či poslání v sobě obsahuje již významové zabarvení a hlavní charakteristiky dané činnosti, jak upozorňuje např. Štech (1994 b). Slovo profese pochází z latinského *professio*, což znamená živnost, zaměstnání. Vedle toho také *profiteri* – veřejně vyznávat, prohlašovat. (Rejzek, 2001). Profese je v angloamerické literatuře (např. Oxford Advanced Dictionary – Crowther (Ed.), 1992) a taktéž ve frankofonní literatuře (Petit Larousse Illustré) často spojována s atributem placeného pravidelného povolání, které je spojeno s vyšším vzděláním a výcvikem v dané poznatkové oblasti. Dále je pak spojováno s prestiží, kterou ve společnosti má. Navíc pak též přibývá významný atribut, a to je explicitní, veřejné prohlášení, kterým se jedinec k čemuś zavazuje. (např. Robert, 1967) Toto prohlášení pak s sebou nese vnitřní závazek k tomu, co člověk provozuje. V rámci slovníku jazyka českého je též profesionál charakterizován jako osoba, která provádí něco jako výdělečnou činnost, přičemž daná činnost obvykle výdělečná není. V českém jazyce pak bývá uváděno synonymum povolání, zaměstnání (Filipec, 2005). Stejně jako Štech (1994 b) zmiňuje poslání, chuť a puzení danou činnost dělat. V rámci psychoterapie je právě závazek tuto profesi vykonávat výrazný, stejně jako poslání, chuť práci dělat.

Pokud se podíváme na charakteristiky profese dle Parkay, Hardcastle (1990) a aplikujeme je na profesi terapeuta, docházíme k následujícímu:

1. Profesionálům je dostupný a je jim vyhrazený **monopol nezbytných znalostí** a poskytovaných služeb a činností (jen oni smí danou profesi vykonávat). Tomuto tématu jsem se věnovala již výše v kapitole 3.5.1. V této souvislosti podotýkám, že psychoterapie by měla vyhrazena odborníkům – lidem s psychoterapeutickým vzděláním. A to i přes to, že efekt, který psychoterapie má, může přinést i jiná, neodborná pomoc – přátelská či metoda alternativní jako je např. esoterika.
2. Profesionálové provádí svou činnost **s vysokým stupněm autonomie**. Nejsou supervidováni neustále, mají prostor pro vlastní rozhodnutí o důležitých aspektech své práce. Dále je však tato osobní autonomie spojena s odpovědným jednáním, sebe-reflexí a s poskytováním služeb spíše než s naplňováním minimálních požadavků.

Tento bod k profesi terapeuta patří, autonomie je důležitá při terapeutické práci. Je však důležité si uvědomit, že je podstatné pracovat pod supervizí nebo intervizí tak, aby práce byla kvalitní.

3. Profesionálové musí podstoupit **studium**, které trvá dlouhou dobu, stejně jako podstupují trénink předtím než vstupují do praxe. Stejně tak obvykle musí podstoupit dlouhou periodu nástupní, která následuje po jejich formálním vzdělání a výcviku. U profese psychoterapeuta je tento bod opět diskutabilní vzhledem k tomu, že není přesně vymezeno nezbytné studium, které by měl terapeut podstoupit. Je však neoddiskutovatelné, že psychoterapeutické vzdělání by se s profesí mělo pojít. Stěžejní je též výcvik určitého psychoterapeutického směru.
4. Profesionálové poskytují **nezbytné služby svým klientům** a jsou odhodláni kontinuálně rozvíjet své schopnosti tyto služby poskytovat. Služby pak zdůrazňují intelektuální spíše než fyzické techniky. Tento bod bezesporu u profese psychoterapeuta platí, zejména pak ochota rozvíjet dále své schopnosti formou sebevzdělávání. Stejně tak lze služby poskytované psychoterapeuty chápat jako nezbytné, velmi důležité. K tomuto bodu lze dodat to, co Štech (1994 a) nazývá zájmem o prospěch společnosti, kdy je pak daná profese chápána jako poslání. Psychoterapie je náročnou profesí, která vyžaduje odhodlání.
5. Profesionálové mají **pod kontrolou zvládání, socializaci do povolání** a také výzkum spojený s jejich profesí. V rámci psychoterapie pak je obtíž v přesné kontrole socializace i výzkumu vzhledem k nejednotnému formálnímu rámci.
6. Členové profese **formují své vlastní profesní asociace**, které kontrolují vstup do profese, vzdělávací standardy, zkoušky a licence, rozvoj kariéry, etické a výkonové standardy a profesionální disciplínu. V rámci psychoterapie se ještě nepodařilo pevné standardy, i když se o to snaží profesní asociace jako je Česká psychoterapeutická společnost či Evropská asociace pro psychoterapii (EAP). Bylo by užitečné koncepci psychoterapie udělat více čitelnou a dostupnou všem, kteří splňují určitá kritéria. Zасvěcování do profese psychoterapeuta by pak měla probíhat pod supervizí zkušenějších praktiků.
7. **Znalosti a dovednosti**, které profesionálové mají nejsou běžně dostupné neprofesionálům. Zde je také obtížné uchovat znalosti a dovednosti pouze

psychoterapeutům. Jedná se dovednosti nebo schopnosti, kterými se mohou vyznačovat i „nezasvěcení“ laici. Vágně definovaný základ psychoterapie pak umožňuje existenci velkého množství kurzů a výcviků, které navštěvují laici, kteří se posléze za odborníky vydávají a poskytují tak neodborné služby. Avšak určitý druh znalostí zůstává vyhrazen pouze psychoterapeutům.

8. Profesionálové mají vysokou **úroveň veřejné důvěry** a jsou schopni poskytnout služby, které jsou jasně nadřazeny službám dostupným na jiných místech. Otázka veřejné důvěry k psychoterapeutům je postavena na informovanosti veřejnosti o této profesi. Tento bod úzce souvisí s výše uvedeným bodem, tedy zda veřejnost rozlišuje mezi psychoterapií a jinými poskytovanými službami. Podstatné je také informovat veřejnost o rozdílnosti psychoterapie od ostatních profesí či lidských činností. Stejně tak by bylo užitečné poukázat na rozdílné psychoterapeutické směry tak, aby byli klienti schopni vybrat si z dnes již velmi široké nabídky.
9. Profesionálové vykazují **vysokou úroveň prestiže** a více než průměrné finanční odměny. Prestiž se odvozuje od vnímané užitečnosti psychoterapeutického působení.

Mnohé z bodů se shodují se schématem Havlíka, Koti (2002) založeného na závěrech Carnegie Commission³⁴. Avšak určité body jako je lepší náhled profesionála na potřeby klienta než klienta samého, objektivita profesionála a neinzerování služeb klientům, protože si sami terapeuta objeví, na systemické pojetí profesionála nesedí.

³⁴ O Carnegie Commission blíže viz <http://www.carnegie.org/>

7.2 PŘÍLOHA 2 – STRUKTURA ROZHOVORU

Údaje

Pohlaví

Věk

Vzdělání

Délka praxe

Úroveň ve výcviku ISZ

Kde nyní pracujete? Jak dlouho?

Jaké máte za sebou jiné výcviky nežli ISZ, které si myslíte, že Vám pomáhají v práci?

Škála – minulé a nyní

Představte si škálu od 0 do 10, která vyjadřuje míru toho, jak se cítíte být psychoterapeutem. Na nule značí, že vůbec nejste terapeutem na desítce se cítíte být terapeut. Kde na ní jste?

Cítíte se nyní být psychoterapeutem? Kdy ano? Kdy ne? Co nebo kdo pomáhá, co ne? V jakých situacích? Z jakého důvodu?

Co/kdo v minulosti Vám pomohlo se posunout? (co nejvíce?)

Kam byste se rád/a posunul/a? Co budou první kroky, které pro to budete muset udělat?

Co/kdo Vám pomůže se posunout?

Co dělá psychoterapeuta psychoterapeutem?

Co myslíte, že dělá psychoterapeuta psychoterapeutem?

Jak byste popsal/a dobrého psychoterapeuta? V čem je jeho kouzlo?

Myslíte si, že se to dá naučit nebo je to vrozené?

Je třeba konkrétní kvalifikace? (konkrétního vzdělání)

Je nějaký optimální věk?

Jaké vlastnosti by měl mít (alespoň 5)?

Jaké naopak jsou vyloučeny?

Máte nějaký terapeutický vzor? V čem byste se mu chtěl/a podobat?

Proces stávání se psychoterapeutem – kapitoly románu až do současnosti

Pokud by stávání se psychoterapeutem byl román, jak byste jej ve Vašem případě nazval/a? Jaký by to byl žánr?

Jak by byla kniha členěna? Jak by se jmenovaly jednotlivé oddíly a kapitoly?

Co by pro ně bylo charakteristické?

Co Vás ještě k tématu napadá, co ještě nebylo zmíněno? Co Vám běželo hlavou? Když jsem Vás přerušila, nedořekl jste a chcete doříct.

7.3 PŘÍLOHA 3 – SLOVNÍK ŽARGONU ÚČASTNÍKŮ VÝCVIKU ISZ, KTERÝ ZAZNÍVÁ V ROZHOVORECH

Ivan – míněn Mgr. Ivan Úlehla, lektor v ISZ

Olga – míněna MUDr. Olga Kunertová, lektorka v ISZ

Praktikování – často užívané v rozhovorech, pravděpodobně plynoucí z Velkého praktikování (viz). Myslí se jím terapeutická činnost, práce s klienty, praxe.

Regionálky – regionální skupiny – skupiny účastníků výcviku seskupených dle místa pracoviště či bydliště. Skupina se schází v době mezi výcviky, pracuje společně různou formou – supervizně, jako VPV (viz VPV), přímou prací s klientem apod.

Tým – míněno **reflektující tým** – aranžmá, ve kterém tři až čtyři lidé sedí v kruhu v místnosti, kde se odehrává sezení. Pokud jsou terapeutem vyzváni, vedou 3-5 minutovou reflexi, která obsahuje pocity, nápady, názory, návrhy, otázky, ocenění, shrnutí „kudy šla řeč“. Nápady pak vycházejí z řeči klienta. Vše je řečeno spekulativní formou „Zdá se mi...“ „Nejsem si jist, že...“ „Zajímalo by mě...“ Je zakázána řeč, která vede k nekompromisním stanoviskům „buď – anebo“. Klient se pak na vyzvání terapeuta vyjadřuje k aspektům, které jej na řeči týmu zaujaly.

Velké praktikování – koncept užívaný ve výcvikových setkáních. Jedná se o vedení terapeutického sezení – jeden z účastníků výcviku je klient, druhý terapeut, dále pozorovatelé, reflektující tým (viz) a lektoři. Popřípadě je více terapeutů, není tým apod. Přítomni jsou ostatní lidé z výcviku. Probíhá většinou v rámci tří skupin. Ve dvou z nich je lektor, ve třetí se natáčí sezení na video. Poté se rozebírá sezení didakticky, klady, zápory, alternativy.

Video (někdy také „mít video“) – myšlen rozbor videozáznamů ze sezení s klienty, který se odehrává před celou výcvikovou skupinou. Rozebírají se klady, zápory, navrhuje se alternativy. Také jako jeden z prostředků supervize.

VPV (vépévé, vépévěčko) – vzájemné provázení výcvikem – koncept vytvořený v rámci výcvikových setkání – ustálené uskupení tří účastníků výcviku, které se vytvoří na začátku výcviku náhodně losem. Vzájemně se pak střídají v rolích klientů a terapeutů. Humorně také někdy účastníky nazýváno PVC.

Zdeněk – míněn Mgr. Zdeněk Macek, lektor v ISZ

7.4 PŘÍLOHA 4 - ROZHOVORY UT 06

7.4.1 Tereza

N – Nora

T –Tereza, 25 let

Kde: kavárna

Kdy: odpoledne

Trvání: 45 minut

<p>N: Takže, ten dnešní rozhovor se skládá z několika částí...ta první, to jsou takové...takové spíš údaje o Tobě. Taková spíš fakta...další část to bude škála, jak se vidíš jako terapeut, kde v rámci ní jsi. No a pak ještě se budu ptát na Tvoje názory na to, kdo by měl dělat terapii a tak. Takové Tvoje názory na to...A nakonec ještě takové Tvoje zamyšlení, jo?</p> <p>T: Aha, tak jo.</p> <p>N: Většinou to trvá tak půl hodinky až hodinku, záleží jak kdo povídá... jak moc povídá a jak je mu to blízký... (smích) Tak chceš se ještě na něco zeptat nebo můžeme začít?</p> <p>T: No ještě mi řekni, na kom ten rozhovor děláš.</p> <p>N: Ty rozhovory jsou na lidech z výcviku... jako z ISZ... mám lidi z různých úrovní. Ten rámec je daný tím, kde zrovna jsou... ve výcviku.</p> <p>T: A kolik jich děláš?</p> <p>N: Kolem 19.</p> <p>T: Jo, no to je zajímavý... to by mě pak zajímalo, jak to dopadne. (smích)</p> <p>N: Já Ti určitě pošlu emailem, co vykoumám.</p> <p>T: No, to by bylo dobré.</p> <p>N: Tak... tak můžeme začít?</p> <p>T: Jo, klidně</p>	<p>Zájem Terezy o výsledky by mohl poukazovat na možnou blízkost tématu pro ni, a tedy i aktuálnost.</p>
<p>N: Takže mi, prosím řekni, kolik je Ti let?</p> <p>T: dvacetpět.</p> <p>N:Hmm. A studuješ teda filosofickou fakultu, psychologii, že jo... (smích)</p> <p>T: jo (smích) a ještě další obor – kulturologii... jestli je to důležitý...</p>	
<p>N: hmm... ... A jak dlouho jsi v terapeutický praxi?</p> <p>T: No, já ještě vlastně terapii teprve chci začít... takže jestli Tě zajímá praxe jako taková?</p> <p>N: No, klidně.</p> <p>T: Tak to jsem dělala na Lince Bezpečí... pět let... to byla krizová intervence.</p>	<p>Zde je vidět, že Tereza svoji praxi nechápe ještě jako terapeutickou.</p>

<p>N: Aha, a jaký máš výcviky, který Ti pro tu terapeutickou praxi připadají užitečný... teda jako pro práci</p> <p>T: Tak mám iniciační výcvik, je jako Rogersovský, to mi pomohlo se naučit vést rozhovor... no, to mě zformovalo dost... Pak ještě Rogers ve škole...víš, ne?</p> <p>N: jo, vím, nedělala jsem ho, ale vím...</p> <p>T: ... gestalt mě taky formoval, jako myslím ten druhý, co byl ve škole...tys ho měla?</p> <p>N: Jo, jen začátek...</p> <p>T: No gestalt taky...Ale to jsou jen takový střípky.</p>	<p>Předchozí výcviky pomohly Tereze osvojit si vedení rozhovoru – „formovaly“ ji, ale byly to „střípky“</p>
<p>N: Tak teď pokud bychom mohli přejít k té škále, tak si představ škálu od nuly do desítky, na nule, tam je jako, že vůbec nejsi terapeut a desítka, to je jako, že jsi terapeut. Kde na té škále teď jsi?</p> <p>T: Musí to být celá čísla?</p> <p>N: ne, nemusí.</p> <p>T: (přemýšlí) tak mezi 2 a 3.</p>	<p>Tereza si ujasňuje pojetí škály a míry v ní, stejně nakonec zvolí celá čísla.</p>
<p>N: Aha... a co Tě dostalo mezi 2 a 3?</p> <p>T: Zkušenost z linky... naučila jsem se poslouchat, být trpělivá... nechovat se jako normálně, zjistit jaký problém s tím má... no prostě na úrovni formování zakázky... jako, že teď vím, v čem to je.</p> <p>Plus práce na sobě, na introspekci... sebereflexi, dospívání... že jsem si něčím prošla... a snažím se pochopit o čem to je...</p> <p>Na té dvojce jsem se cítila ještě před výcvikovým setkáním v ISZ... když se mi v práci dařilo... jinak jsem na nule, když se nedaří... A teď jsem na hranici... Začíná to prorůstat do mého života... Zjišťuju, že se tak...že se chovám v jinejch situacích...</p>	<p>Minulé zdroje - zkušenost z praxe</p> <p>Osvojené dovednosti – naslouchání, trpělivost, hledání zakázky, introspekce, sebezkušenost</p> <p>Propojenost života a terapeutických dovedností, způsobu myšlení</p>
<p>N: A kam by ses chtěla posunout?</p> <p>T: Jako na jaký číslo?</p> <p>N: No.</p> <p>T: To si myslím, že bude pozvolnej posun. S každým během výcviku asi... no budou to desetiny čísla, v rámci sezení s lidma...</p> <p>N: A co Tě pomůže posunout?</p> <p>T: Výcvikový dny... celkově... a hlavně VPV... pro osobní rozvoj... a taky práce... začnu pracovat.</p> <p>N: hmmm</p> <p>T:no ale práce mě může posunout dopředu nebo zpět... jestli nezjistím, že si moc nevěřím a pak se to posune zpět...</p> <p>N: aha</p>	<p>Posun Tereza vnímá jako pozvolný, po desetinných číslech.</p> <p>Budoucí zdroje - sebezkušenost v rámci výcviku, začátek práce s lidmi, osobní rozvoj</p> <p>Posun může být dopředu i zpět</p> <p>Brzdí nejistota v sebe sama</p>
<p>N: Kdybys mi řekla, co dělá terapeuta terapeutem? Jaké je jeho kouzlo?</p> <p>T: Kouzlo... hmm, hmm osobní síla určitá... musí se naučit</p>	<p>Terapeutické kouzlo – osobní síla, techniky, výcvik a zkušenost, přemýšlivost o</p>

<p>techniky, mít výcvik, mít zkušenost určitou...</p> <p>N: Hmm.</p> <p>T: Musí mít něco v sobě, co se projeví časem... nějaký nastavení... přemýšlet o věcech... přemýšlí o tom hodně u sebe... jako co proč je ...a pak to umíš poznat u jiných lidí.</p> <p>N: Hmm...</p> <p>T: Nadání, talent, taky asi...</p>	<p>příčinách u sebe i u jiných, nadání, talent</p>
<p>N: Tady pěkně předjímáš mou otázku... Myslíš, že je to vrozené nebo se to dá naučit?</p> <p>T: Dá se to naučit... ne úplně, ale rozvíjet... jsou lidi, který to uměj přirozeně... no jak co... jak jakej směr... když je to o technikách... když je to o technikách... výsledcích... i když to v sobě nemáš, tak se nějak naučíš... tam kde je to víc do hloubky, tam je to potřeba mít to v sobě...</p> <p>N: hmm...</p> <p>T:... že některý věci si nepřipustíš k sobě... ale ty analyzuješ sebe... umíš to a... děláš to rád...</p>	<p>Rozvoj vrozeného talentu Potřeba analyzovat, lze naučit techniky</p>
<p>N: Je na to, myslíš nějaká konkrétní kvalifikace, konkrétní vzdělání?</p> <p>T: není to nezbytný... mít tu školu... mít... nutně jen psychologii... ale výcvik je dobrý mít... ne není to v psychologii... to není ta cesta... výcvik, který učí... to co v kontaktu s lidma dělat... Ne asi ne.</p>	<p>Výcvik, ne konkrétní škola Naučí, co dělat v kontaktu s lidmi</p>
<p>N: Je optimální nějaký věk?</p> <p>T: Čím starší, tím lepší... nevím, zda to platí absolutně... sám se rozvíjíš, dostaneš se dál... na druhou stranu...</p> <p>N: Hmm</p> <p>T: Může to být v daném směru omezený... no je to individuální... no, teoreticky by to mělo platit, čím starší, tím lepší...</p> <p>N: Hmm, jako jak starý?</p> <p>T: Ne osmdesát, ale... tak kolem padesátky... má to své výjimky jako je být vyhořelej nebo naopak osobní zkušenost, která tě posune... už daleko dřív...</p>	<p>Čím starší, tím lepší, ale jsou výjimky</p>
<p>N: Jaký vlastnosti by měl terapeut mít, aby byl dobrý terapeut?</p> <p>T: asi za prvé trpělivost... potom za druhé(přemýšlí) asi nějaká tolerance pro ty individuální odlišnosti... pak přemýšlím... jak to nazvat jako schopnost... určitej druh inteligence... ne obecná, ale ta, která pomůže analyzovat mezilidský vztahy, procesy v sobě, v druhých... jako sociální inteligence... no, nechci to nazývat odborně, ale tak nějak...</p> <p>N: Hmm... rozumím...</p> <p>T: (ticho) přemýšlím, no...možná taková nějaká rozvaha... lidi, kteří nemají tendenci reagovat zbrkle, rychle...</p>	<p>Dobrý terapeut „ideál“:</p> <ul style="list-style-type: none"> Trpělivost Tolerance pro individuální odlišnosti Sociální inteligence (schopnost analyzovat mezilidské vztahy, vnitřní procesy) Snášenlivost Schopnost vidět věci z dlouhodobého hlediska Uvážlivost reakcí

<p>neprojevují se pak na venek... no a takový snášenlivý... vidět věci z dlouhodobého hlediska... Patří to k tomu vůbec?</p> <p>N: A další nějaká?</p> <p>T: (ticho, přemýšlí) Nenapadá mě už nic...</p> <p>N: nevadí...</p>	
<p>N: A jaký vlastnosti by neměl mít? Jako, že by bránily, aby byl dobrý terapeut...</p> <p>T: Mně to nějak nemyslí...</p> <p>N: Ne, je to dobrý...</p> <p>T: No, neměl by bejt ješitnej... pak by neměl bejt... manipulátor... měl by se co nejvíc snažit pokud by to byl člověk... že by ovládal lidi... úmyslně manipuloval s lidmi...</p> <p>N: hmm... jako manipulátor</p> <p>T: no... neschopnost udržet si hranice... slabej</p> <p>N: v jakým smyslu hranice?</p> <p>T: Mezi běžným životem a rolí terapeuta... co musí být v terapii a co tam už nepatří...pro klienta by to bylo neuchopitelné... aby to ustál...</p>	<p>Negativní vzor</p> <p>Ješitný</p> <p>Manipulátor</p> <p>Neschopnost udržet si hranice života a terapie</p>
<p>N: A máš nějaký terapeutický vzor? Někdo, komu by ses chtěla podobat?</p> <p>T: paní Fischerová, co dělá gestalt... umí říct věci ve správnou chvíli... něco se stane a pomůže ti to... Ví, co dělá a působí jistě...</p> <p>N: A to jsi ji zažila jako klient?</p> <p>T: jo, to taky... a taky jako pozorovatel... na vlastní kůži jsem to pocítila, že je to dobrý, co dělá, i když ze začátku divný...</p>	<p>Vzor – umí říci ve správnou chvíli, co má</p> <p>Pocítila jej na vlastní kůži jako klient</p>
<p>N: Kdyby Tvůj proces stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>T: (přemýšlí) Jak by se jmenovala... asi "No to je docela těžký" (smích)</p> <p>N: (smích) Jakej by to byl žánr?</p> <p>T: ... je to celoživotní proces... román o celém životě... ty dvě oblasti já nevidím jako odstřížené... terapie a život... je to obsaženo v každý z kapitol... jako linie napříč</p> <p>N: Jaký by tam byly ty kapitoly?</p> <p>T: Já, to já bych Ti musela vyprávět celý život. (směje se)</p> <p>N: (směje se) A kde jsi teď?</p> <p>T: Teď jsem tam, kde jsem ve svém životě.</p> <p>N: Dobrá.</p>	<p>Proces stávání se terapeutem jako linie celoživotního románu</p> <p>Zde cítím, že o tomto tématu mluvit by znamenalo překročit hranici výzkumného rozhovoru a spíše se blížit terapii. Proto jsem dál nenaléhala.</p>
<p>N: Tak Ti děkuju moc... je ještě nějaká věc, co jsi nezmínila, co Tě ještě napadá, co ti běžela hlavou a já tě přerušila...</p> <p>T: ne, to je asi všechno...</p>	

N: díky	
---------	--

7.4.2 Zbyněk

N- Nora

Z- Zbyněk, 29 let

Kde: hospoda

Kdy: večer

Trvání: hodina

<p>N: Tak ty otázky jsou rozdělené na několik částí. První jsou údaje... jako fakta o Tobě. A taky tam bude část se škálou, která měří, jak moc se cítíš být terapeutem.</p> <p>Z: ahaaa (směje se)</p> <p>N: A pak tam jsou nějaké Tvoje názory na to, jaký by měl být terapeut... takové spíš postoje k tomu... A nakonec ještě takové zamyšlení, jo?</p> <p>Z: jo, dobře... (usmívá se)</p> <p>N: Trvá to tak půl hodinky, hodinku, jak kdo povídá... Takže, pokud můžeme začít těmi údaji... tak mi řekni, kolik je Ti let?</p> <p>Z: dvacetdevět</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi? Myslím tím terapeutický...</p> <p>Z: no, dělám třičtvrtě roku v pastřáku a taky jsem ještě dělal jeden rok asistenta autistů. Takže estli ti to takhle stačí</p> <p>N: Hmm. A v jaké jsi úrovni výcviku?</p>	<p>Zde je vidět odlišný koncept toho, co vnímá Zbyněk jako terapeutickou praxi – terapii již dělá</p>
<p>Z: No teď budeme mít druhý setkání. A to je jako výzkum zadanej vod nich?</p> <p>N: Ne, to není, to jsem si vymyslela sama... (smích)</p> <p>Z: Aha tak, já jsem myslel, že voni to po Tobě nějak chtěj, že Tě jako platěj...</p> <p>N: To ne. (smích)</p> <p>Z: Tak to je zajímavý... takhle sis to vymyslela.</p> <p>N: jo... To je moje práce na diplomku. Tak můžem pokračovat?</p> <p>Z: jo, klidně</p> <p>N: Tak máš za sebou... máš nějaké výcviky, které by Ti přišly užitečné pro Tvou terapeutickou práci?</p> <p>Z: No mám jeden rok arterapeutický práce se skupinou...a pak nějaký ty kurzy zážitkový, co jsme měli na škole na husitský teologický... tak ... no takový ty různý zážitkový věci, jako arte, muziko terapie a tak jako... To jsem se naučil ty techniky různý.</p> <p>N: Aha, a to Ti přišlo užitečný... A co jsi tam studoval?</p> <p>Z: Psychosociální studia... magisterský to bylo.</p> <p>N: Aha.</p> <p>Z: No, znáš to?</p>	<p>Zdroje minulé – arteterapie, zážitkové techniky</p>

<p>N: Jo, mám tam kamarádku, jednu. A máš ještě nějakou jinou školu?</p> <p>Z: Ne, to stačí (směje se). Já jsem rád, že ji mám.</p>	
<p>N: hmm... No, můžeme přejít teďka ke škále?</p> <p>Z: Hmm.jo.</p> <p>N: Tak pokud by sis představil škálu od nuly do desítky, kdy na nule by bylo, že nejsi terapeut a na desítce že jsi terapeut.</p> <p>Z: Tak jako to, co v práci dělám, v tom jsem, myslím dobřej... s klukama a tak... jako ta terapie v širším slova smyslu... no a v tom užším... jako terapeutický sezení... to by bylo tak od 5 do 10... v tom rozmezí by se to pohybovalo.</p>	<p>Terapie v širším slova smyslu – jeho vlastní práce, kterou dělá dobře</p> <p>V užším smyslu – práce s klienty na sezení</p>
<p>N: A co Tě posunulo na tu 5 až 10?</p> <p>Z: Určitě životní zkušenosti... (přemýšlí) a taky studium fakulty... tam hlavně filosofie a teologie... jako jak to ti lidi měli srovnaný v hlavě... no klasický humanitní vzdělání.</p> <p>N: Hmm. Takže vzdělání...</p> <p>Z: No, filosofický východiska těch věcí, jak je viděli a pojímali... No a osobní filosofie člověka... to je taky důležitý, jak vnímá život.</p>	<p>Minulé zdroje – životní zkušenost, vzdělání ve filosofii a teologii</p>
<p>N: A co by Tě posunulo dál?</p> <p>Z: Posunulo? No asi větší peníze... zní to blbě, ale já jsem motivovanej penězma.</p> <p>N: Aha. Takže kdybys měl víc...</p> <p>Z: Já nechci za ty peníze, co mám dělat víc. Mám spoustu nápadů, ale proč to za ty peníze dělat ve volným čase? No po práci mám... no po práci na ni myslím... prostě dělám ve školství. To se pak tolik člověk nesnaží. Já až budu dělat jinde, třeba sám na sebe, to... to teprv bude. Dneska mě třeba hrozně uklidňovalo, jak jsem natíral celej byt, vona má přijet přítelkyně, tak ji chci překvapit.</p> <p>N: To je moc hezký, takhle přijede a bude to vymalovaný. (smích)</p> <p>Z: (smích) Právě... to jsem si tak natíral a přemýšlel a byl jsem sám v bytě... no mám ruce ještě vod barvy (ukazuje ruce od barvy) (smějeme se) ... tak to chci dneska dodělat...</p> <p>N: Můžeme teda dál, ať ještě něco natřeš? (směji se)</p> <p>Z: No, jasný... co tam máš dál?</p>	<p>Současné zdroje – finanční ohodnocení.</p>
<p>N: Co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem? V čem je jeho kouzlo?</p> <p>Z: No dobrý... no já myslím, že humanistické stanovisko, že jsou si všichni rovni. My máme zajímavý případy, i s těma největšíma grázlama jim dávám najevo, že jsme si rovni. Ta laťka je tak nastavená, ti klienti to oceňují... To mě uspokojilo, ta zpětná vazba... no nemít předsudky,</p>	<p>Kouzlo terapeuta spočívá v tom, že zastává humanistické hledisko – chápe klienty jako sobě rovné</p> <p>- neinterpretuje přímo</p>

<p>neinterpretovat to hlavně nějak...</p> <p>N: neinterpretovat klientovi?</p> <p>Z: No, jen nepřímo....a řešit je jako člověka, ne jako případy. Ti kluci u nás, to jsou hrozný grázlové, ale jsou to kluci. Pořád jsou to kluci, i když prováděj takový věci.</p>	
<p>N: Myslíš, že se to dá naučit nebo je to vrozené?</p> <p>Z: No, tos mě dostala... (směje se) obojí... no že je to i vrozený i získaný. Je důležitá osobní zkušenost, byly by to asi tři faktory... Není to jen vrozený, ale i osobní zkušenost jako události v rodině, intenzivní práce na sobě samém... a studium filosofie... studium je taky sebezkušenost... A k tomu faktor náhodnosti...</p> <p>N: Náhodnosti... jak to myslíš?</p> <p>Z: Náhodnost, že tě život do toho namočí... no výcvik tam tak je... ten tě naučí hledat zakázku.</p>	<p>Terapeutické umění jako vrozené i jako osvojené – osobní zkušeností, intenzivní práci na sobě, vzděláním a náhodou</p> <p>Výcvik pomůže k hledání zakázky</p>
<p>N: Myslíš, že je nějaký vhodný věk aby člověk ... optimální věk pro tuhle práci?</p> <p>Z: No myslím, že je to individuální... ještě před dvěma rokama bych to nemohl dělat... vylít bych od tam po tejdnu... člověk už není pitomej, když se třicítka blíží...</p> <p>N: Takže spíše když jsi teď starší?</p> <p>Z: hmm... (přemýšlí) já teď myslím na to, jakej jsem byl v osmnácti a směju se... no to bych dělat nemohl... takže je to spíš důležitý... to zraní... nějaká ta zralost</p> <p>N: Aha... hmm</p>	<p>Důležitá je osobní zralost</p> <p>Spojuje s vlastní zralostí, převádí hodně na sebe a svou praxi</p>
<p>N: Myslíš, že je pro to třeba nějaké konkrétní kvalifikace?</p> <p>Z: Nemyslím. Důležitější je humanitní směr, pak už nejsou limity... No ale máme výbornýho nočního vychovatele... ten měl elektrotechnickou fakultu, pak se na ni vyprdl a pracuje u nás. Nevím no... takže...</p> <p>N: A co z humanitního vzdělání je důležitý?</p> <p>Z: Středověká a renesanční filosofie je dobře interpretovaná... to mi dalo nejvíc... no a taky ty sebezkušenostní věci byly příjemný...</p> <p>N: Aha</p> <p>Z: Psychologie to bylo hrozně teoretický... ty všechny teorie ... to mi nic nedalo... Zkoušky, co jsem dělal z psychologie, jsem musel opakovat...</p> <p>N: No záleží, kdo to přednáší...</p> <p>Z: Myslím, že ať se každý vyučí čím chce... ale je důležitý aby měl šikovnej přístup k lidem... k člověku... a k tomu ať se dostane jakýmkoliv způsobem...</p>	<p>Humanitní vzdělání – filosofie</p> <p>Sebezkušenost</p> <p>Relativizuje akademické vzdělání, důležitý je přístup k člověku</p>
<p>N: Jaké vlastnosti by měl mít dobrý terapeut?</p> <p>Z: No hlavní je morální bezúhonnost...</p> <p>N: To znamená co?</p> <p>Z: Je to člověk kterej je charakterově nezkaženým, nelže,</p>	<p>Ideál – morálně bezúhonný „charakterově nezkažený“ – z toho se odvine všechno - také přístup k lidem</p>

<p>nepodvádí... Já dělám s chlapama, ale kdybych dělal s ženskýma, tak to bych je nemohl provokovat nebo bych se nemohl nechat vyprovokovat...</p> <p>N: A ještě nějaké jiné vlastnosti?</p> <p>Z: Hlavně etika, ta je hlavní a z toho se všechno odvine. a pak to, co jsem říkal předtím... ten přístup k lidem</p> <p>N: A které vlastnosti by měly být vyloučený?</p> <p>Z: mm, no právě ta charakterová narušenost a to o čem jsem mluvil, že by neměl mít předsudky k člověku.</p>	
<p>N: Máš nějaký terapeutický vzor? Někdo, komu by ses chtěl podobat?</p> <p>Z: Ne, žádný vzor nemám... to snad ani ne... Já sebe vidím jak sedím a jsem dobře placený za dobrou práci... no člověk musí být z něčeho živý... Pročítal jsem teďka Hospodářský noviny dneska a tam byly ty dobře placený věci jako management a personalistika... a taky příběh o někom, kdo se vypracoval, kdo poznal celej svět a teď si žije... Já bych si představoval nějaký coachnig, kterej bych mohl dělat... No je důležitá ta univerzalita člověka... no voni to umí tak napsat, jim to člověk pak věří... (směje se)</p> <p>N: to jo.</p>	<p>Terapeutický vzor nemá, mluví spíše o svých přáních do budoucna, jak by chtěl aby to vypadalo</p> <p>Zejména finanční stránka Srovnávání současného povolání s jinými, lépe placenými.</p>
<p>N: Kdyby to, jak se stáváš terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>Z: A jéje... (přemýšlí), no nenapadá mě nic... teď mě o to ani nejde, jak dělám s lidma, tak je to nepodstatný...</p> <p>N: Dobře, není to pro Tebe důležitý.</p> <p>Z: Tam u nás není ta dlouhodobá psychoterapie, není tam ta zakázka... nikdo nepřijde a neřekne „Zbyňku“... je to takový prchavý... není tam zakázka, konkrétní problém... proto o tom mluví takhle... do teďka jsem nepočítal s tím, že jsou to děti, říkal jsem si, že jsou to delikventi... že jim ze školy (nesrozumitelné...) myslel jsem, že jsou v dospělosti...</p> <p>N: Tak jsi zjistil...</p> <p>Z: Že je mezi náma rozdíl, že jsou to děti... že nejen že mi popíšu problém, ale taky se na něm pracuje (důraz na to slovo)... Je to taková psychoterapie krizová... krizová intervence... že se kluci ožerou, přijdou zfetovaní... spíš než klasický sezení... oni nemaj psychický problémy...</p> <p>N: Nemají psychický problémy?</p> <p>Z: Nemají... oni mají takový patologie, co sklouzly do delikvence... většinou útěky z rodiny, kradení, fetování... maj deprese, úzkosti, poruchy osobnosti v rodině často... ale abych byl v systemice, já to takhle nemám zaškatulkovaný, zasunutý do škatulek...</p>	<p>Je to v podstatě příběh o praxi a hledání porozumění</p> <p>Terapie dlouhodobá zatím není</p> <p>Mluví o své práci jako o krizové intervenci</p>
<p>N: Je ještě něco, co tě k tomu napadá, něco, co ti běželo</p>	<p>Důraz na praxi</p>

<p>v hlavě, co jsi chtěl zmínit...</p> <p>Z: Honí se mi toho hlavou hodně... ale raději budu mlčet a nechám to usadit...</p> <p>N: dobře.</p> <p>Z: snad jenom, že mi zatím ten výcvik připadá k nezaplacení, je to úžasný... tu filosofii, co tam děláme a taky hned to praktický zkoušení si věcí... já jsme se jak blbec přihlásil, když voni se ptali, kdo bude mít příště <i>video</i>. Já jsem si řekl, že to zkusím... ani nevím jak to a už jsem měl ruku nahoře... No hned po prvním setkání, ale proč ne... Tak to budu muset do příště udělat, ale myslím, že to půjde, už se těším.</p> <p>N: A lektoři?</p> <p>Z: Jo, ti jsou dobrý... nejsou jen vážný... některý lidi tam jsou divný, ale to asi všude... já se bavím se nima, třeba v hospodě, jak jsme byli potom...</p> <p>N: To mám taky ráda, když jdeme. Tak ti moc děkuju, že sis v tom malování udělal čas.</p> <p>Z: no, není zač, to je celý, já myslel, že to bude delší... tak asi půjdem ne?</p>	<p>Otevřenost k natáčení na video</p>
--	---------------------------------------

7.4.3 Hanka

N – Nora

Hk –Hanka, 26 let

Kde: kavárna

Kdy: večer

Trvání: 35 minut

<p>N: Takže tenhle rozhovor má několik částí. Já Ti to popíšu, abys věděla, co Tě čeká a tak, jo?</p> <p>Hk: jo, jasně.</p> <p>N: Napřed se Tě budu ptát na údaje jako věk a taková ta fakta. Potom to bude taková škála, která měří, jak moc jsi terapeut. No a pak to budou takový tvoje názory na to, jaký by terapeut měl být, jo? A nakonec ještě zamyšlení.</p> <p>Hk: Klidně se ptej.</p> <p>N: Většinou to trvá tak půl hodiny až hodinku, tak to nám krásně vyjde před tou franinou a budeme mít ještě čas.</p> <p>Hk: Fajn.</p> <p>N: Takže, je ti kolik let?</p> <p>Hk: Šestadvacet.</p> <p>N: A vystudovala jsi speciální pedagogiku, psychologii jako já, že jo?</p> <p>Hk: No a teď jsem na doktorandském na katedře taky. Jako interní doktorandka.</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p>	<p>V praxi je rok, praxi chápe jako vstup do práce</p>
--	--

<p>Hk: V praxi jase... no, co jsem ukončila školu, hledala jsem si práci... takže tak jeden rok.</p> <p>N: A kde pracuješ?</p> <p>Hk: Kromě doktorandského studia jsem školní psycholog na gymnáziu a učím tam psychologii.</p> <p>N: Hmm.</p>	
<p>N: Máš nějaký výcviky, který by jsi měla pocit, že ti v práci pomáhají?</p> <p>Hk: Jo, mám kurz pro lektory primární prevence, to bylo dvě stě hodin, potom ještě krizovou intervenci, to bylo šest dní... no 50 hodin, dál potom taneční a pohybovou terapii, jak jsme dělaly spolu, to nevím kolik to bylo hodin... nevzpomínáš si...</p> <p>N: Něco kolem 50?</p> <p>Hk: Ne, to bylo šedesát. Šedesát hodin... a teď jsem v ISZ.</p> <p>N: A co Ti ty kurzy daly?</p> <p>Hk: Ta prevence to je jasný, to byla práce se třídami, krizovou intervenci taky někdy použiju... jako co dělat když k tomu dojde... a taneční terapie, to bylo spousta nápadů, tvořivosti, to jde užít ve skupinách taky.</p>	<p>Kurzy daly návody co a jak dělat</p>
<p>Nk: Když bych Ti teď dala tu škálu, od nuly do desítky, kdy na nule by bylo, že nejsi terapeut a na desítce, že jsi terapeut, tak kde by jsi byla teď?</p> <p>Hk: Bylo by to asi spíš poradenství to, co dělám, terapie, to zatím ještě moc není... no, tak jsem v terapii asi tak na trojce...</p> <p>N: Na trojce... Aha, a co Tě na tu trojku dostalo?</p> <p>Hk: Hlavně práce s lidma... Ta práce mi hodně pomohla, snažím se jenom neradit... pokouším se jít hlouběji do pocitů, postojů ... nechat lidi si na ty věci přijít... Ne abychom plánovali kroky, ale více i jiný terapeutický techniky.</p> <p>N: A jak by se to poznalo?</p> <p>Hk: (směje se) mluvili by víc oni nežli já.</p> <p>N: ještě něco?</p> <p>Hk: No, taky studium, to mi dalo ty psychologický znalosti.</p> <p>N: A co by Tě posunulo dál? Blíž k té desítce?</p> <p>Hk: Aby pravidelně chodili lidé, to by mi pomohlo... víš, abych mohla systematicky pracovat. On když někdo přijde jen jednou... tak je to spíš plánování než spolupráce... Řešilo by se prostě nějaké téma klienta a nebylo by to jenom takové poradenství, jak jsem říkala. Museli by tam chodit pravidelně...</p>	<p>Hanka to, co dělá vnímá spíše jako poradenství než terapii</p> <p>Minulé zdroje – zejména praxe, práce s lidmi zaměřená na terapeutické techniky, aktivnější by byli klienti</p> <p>Současné zdroje – systematická práce, více pravidelných klientů</p>
<p>N: Myslíš, že je to vrozené nebo se to dá naučit?</p> <p>Hk: Myslím, že se to naučit dá. Jsou pro to nějaké předpoklady, ale naučit se to určitě dá. No ale, když o tom</p>	<p>Lze se naučit, ale má to limity</p> <p>Optimální věk je 24 let, předtím jsou to „telata“</p>

<p>přemýšlím, i když nějaký lidi z našeho výcviku, budou chodit na výcvik a vychodí ho... stejně pak nebudou dobří a budou ubližovat...</p> <p>N: Je pro tuto práci nějaký optimální věk?</p> <p>Hk: Myslím, že od 24 let se to určitě dá dělat. Dřív si myslím, že ne. Protože to je člověk ještě takový tele, ještě nemá zkušenosti ze života a vůbec. To máme takovou holku ve výcviku, já jsem s ní ve „vépévé“ a to je hrozný, ta to fakt chudák neumí a to chce pracovat s lidma...</p>	<p>Zkušenost z VPV s mladším</p>
<p>N: Co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem? V čem je jeho kouzlo?</p> <p>Hk: (úsměv): Myslím, že to jsou klienti... kteří za ním přijdou a řeší nějaké téma...</p> <p>N: Myslíš, že je třeba nějakého konkrétního vzdělání, kvalifikace?</p> <p>Hk: No jako hlavní vzdělání, to myslím, že je výcvik. Jako vzdělání akademické, to určitě psycholog nebo nějaká jiná pomáhající profese, třeba i doktor, ale myslím, že ne sestřičky, to ne. A nějaký ty základy psychologie určitě, bez toho to nejde.</p> <p>N: Takže je třeba akademický vzdělání ... s psychologií... i výcvik.</p> <p>Hk: Bez toho výcviku si to nedovedu představit. Ale stejně je to takový divný, jak nás nutí dělat s klienty, i když ještě výcvik nemáme, to myslím může napáchat tolik škody... Ale zase na druhou stranu tam ti lidi chodí a nějak jim to asi pomáhá... ale je to fakt horzný.</p> <p>N: no, to je velké dilema, já o chápu.</p> <p>Hk: může to tolika lidem ublížit, i když oni nám říkají, že to klienti zvládnou.</p>	<p>Terapeuta tvoří klienti</p> <p>Hlavní je výcvik a humanitní vzdělání, důraz na psychologii</p> <p>Zkušenost s lidmi bez výcviku, možnost ublížit klientům.</p>
<p>N: Už jsi to předjímal předtím, jaké si myslíš, že by měl terapeut vlastností?</p> <p>Hk: Měl by být pokorný, pak empatický, taky chytrý... terapeut by měl být poctivý a měl by umět naslouchat.</p> <p>N: A jaký by neměl být?</p> <p>Hk: Neměl by mít pocit, že všechno ví a všemu rozumí... já tomu říkám, že jsou to kartářky... oni si myslí, že rozumí všemu a věští při tom z kávové sedliny. (smějeme se)</p> <p>N: Takže by si neměl myslet, že všemu rozumí.</p> <p>Hk: No, že je na všechno odborník. A stejně tak je to s testama. Já jim prostě nevěřím... to jsme měli hádku s jedním kolegou z výcviku a jednou holkou... oni jsou teď zapálený pro testy a já jsem jim říkala, kde bere právo na to říkat, že kresba znamená to a to. Pohádali jsme se, oni to nepřipustí, že to může být i jinak.</p> <p>N: Máš nějaký terapeutický vzor? Někomu, komu by ses</p>	<p>Vlastnosti terapeuta – pokora, empatie, chytrost, poctivost, schopnost naslouchat.</p> <p>Nebýt „kartářka“, která rozumí všemu a věští při tom z kávové sedliny</p> <p>Nepochopení kolegů</p> <p>Vzor – pokora, vědět, kdy jakou techniku použít</p>

<p>chtěla v práci podobat?</p> <p>Hk: (přemýšlí) Asi ne konkrétní... líbí se mi více lidí... třeba moje bývalá terapeutka...</p> <p>N: A v čem konkrétně?</p> <p>Hk: ... hlavně ta její lidskost a ... to, že umí pomoci... a je pokorná... ví, kdy jakou techniku použít... to bych chtěla umět</p>	
<p>N: Kdyby proces stávání se terapeutem byl kniha, jak by se ta kniha jmenovala?</p> <p>Hk: (Směje se) Mně teď nenapadá nic inteligentního... počkej, budu chvíli přemýšlet... Asi „Cesta do hlubin študákovy duše“(směje se)</p> <p>N: Cesta do hlubin študákovy duše, to je dobrý.</p> <p>Hk: Jo.</p> <p>N: A jaký by to byl žánr?</p> <p>Hk: (směje se) žánr? No asi tragédie. Zatím tragédie.</p> <p>N: A kde jsi v ní nyní teď v té knize?</p> <p>Hk: Kde jsem? Asi jsem v první kapitole... ne to ještě ne, já myslím, že jsem teprve tam na začátku knihy... co to tam je... předmluva... ne, ne je to úvod.</p> <p>N: Jo úvod může být na začátku.</p> <p>Hk: jo, teprve píše úvod (směje se)... jo jsem v úvodu.</p> <p>N: (směje se) dobrá.</p>	<p>Cesta do hlubin študákovy duši a v něm píše Hanka úvod Žánr je tragédie</p>
<p>N: Je něco, co bys chtěla říct, o čem bys chtěla k tomuhle tématu mluvit, co jsi třeba nezmínila, běželo ti hlavou...</p> <p>Hk: Já myslím, že jsem řekla všechno. Snad jen, že mi to ve výcviku připadá zatím docela teoretický, takový filosofický... i když jsme už dělali VPV, ale já jsem si vylosovala zrovna tu mladou holku a té se ještě nechci otevírat... no ale uvidím dál... jak to bude</p> <p>N: Uvidíš, ono se to nějak může vyvinout.</p>	<p>Potřeba praxe Nedůvěra v mladou nezkušenou terapeutku</p>

7.5 PŘÍLOHA 5 - ROZHOVORY UT 05 A

7.5.1 Dan

N – Nora

Dan – Dan, 27 let

Kde: kavárna

Kdy: odpoledne

Trvání: 60 minut

<p>N: Takže já ti nejdříve řeknu, co tě bude čekat, abys věděl, ano?</p> <p>Dan: Ano.</p> <p>N: Rozhovor má několik takových okruhů. První z nich se týká spíše takových faktografických údajů o věku a tak.</p> <p>Dan: Jasně, ano.</p> <p>N: Druhý je taková škála, která měří míru toho, jak se cítíš být terapeut.</p> <p>Dan: No, ježišmarija.</p> <p>N: A třetí je zaměřený na tvé názory na terapii, terapeuty a tak. A nakonec ještě úvaha.</p> <p>Dan: To je úžasný téma, to já rád si s Tebou o tom popovídám. No.</p> <p>N: Takže, kolik je Ti let?</p> <p>Dan: Už dvacetsedm, to je hrozný. (usmívá se)</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>Dan: Tři roky. Tři roky dělám terapii. Pracuji individuálně s klienty, školíme s Martinou a jsem v XXX * na dětský hemato-onkologii.</p> <p>N: A jaký máš jiný výcviky nebo školení, který ti pomáhá v práci?</p> <p>Dan: Tak mám narativní terapii jeden rok, potom dva roky relaxací a autogenního tréninku zaměřeného na práci s tělem, víš? A pak mám ještě OSV.</p> <p>N: Co je OSV?</p> <p>Dan: To je osobně sociální rozvoj u Hermochový Soni takový psychosociální výcvik.</p> <p>N: aha. A jakou máš školu, jak se přesně jmenuje?</p> <p>Dan: Mám pedagogiku se zaměřením na pedagogicko-psychologické poradenství, sociální pedagogiku. To je pětiletý. A pak konzervatoř hereckou.</p> <p>N: Ano.</p>	<p>V praxi 3 roky</p> <p>Práci vnímá jako terpauetickou</p> <p>Pomohly výcviky – narativní, OSV, relaxace a autogenní trénink</p> <p>* Záměrně neuvádím pracoviště</p>
<p>Dan: Já poslední dobou pochybuji o své odbornosti, jestli to vůbec mám právo dělat, víš? Jestli to není jen divadlo... Já mám teď takovou těžkou klientku. Je to to, co mám dělat? Kdo jsem a co dělám? Dávám si takový vědecko –</p>	<p>Dan sám začal téma – je mu to blízké</p> <p>Otázka toho, zda má právo dělat to, co dělá</p>

<p>filosofický otázky, víš. Já mám tu nejistotu a vím, že ty pozitivistický věci jsou bláboly.</p> <p>N: Tak si můžeme dát tu škálu a pobavit se o tom.</p> <p>Dan: No, tak jak ta škála je?</p> <p>N: Škála je od nuly do desítky. Na nule je, že nejsi vůbec terapeut a desítka, že jsi.</p> <p>Dan: No teď jsem na trojce, znamená to, že se maximálně vzdělávám, že jsem si předtím víc věřil, to jsem se dal na čtverku... no a teď vidím, že mi tam chyběl systemický náhled, pokora... a hlavně ta jistota... musím se zbavit té úzkosti</p> <p>N: aha</p> <p>Dan: No a když se posunu, tak se posunu hned na pětku. To budu víc v klidu, budu míň interpretovat a budu se víc vzdělávat. Bude mě to víc těšit. Budu se těšit z toho, že tu práci dělám. Říkám si, jestli můžu být vůbec s takovýma úzkostma a strachem terapeut? Až se zbavím strachu a úzkosti, tak budu rovnou na pětce. Co k tomu člověk potřeboval aby byl terapeut?</p> <p>N: No, to jsem se zrovna chtěla zeptat, ty mi čteš myšlenky.</p> <p>Dan: No my jsme si podobní, zlatíčko. (směje se)</p>	<p>Filosoficko-vědecké otázky</p> <p>Zajímavé, že se posun odehrál zpět, nyní plánuje posun vpřed</p> <p>Posune – vzdělání, zbavení se strachu a úzkosti</p> <p>Zde se snažím držet hranici, aby nedocházelo spíše k terapii.</p>
<p>N: (směje se) Tak co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>Dan: No myslím, že by kolem sebe měl spoustu spokojených klientů, dokázal by se přijmout takový, jaký je...</p> <p>N: Hmm.</p> <p>Dan: Dál by věřil, že alespoň pro někoho je užitečný... Dokázal by si poradit s multifaktoriálními etiologiemi problémů... třeba se závislostma a chorobami ... (není rozumět jakými) Rozuměl by více oblastem a zároveň by byl odborník na jednu, které by rozuměl víc. Byl by odborník na jednu oblast.</p> <p>N: Takže by rozuměl do hloubky jedné ale i ostatním.</p> <p>Dan: Ano. A taky by byl schopen rozumět i těm problémům, které sám nezažil, které ho ve vlastním životě nepotkaly. Tu zkušenost by nepotřeboval. Jenže co to ta odbornost vlastně je? Jsou to ty tituly, lékařský plášť, cedulka na dveřích? jestli si jen nehrajeme na Boha...</p>	<p>Terapeuta dělají spokojení klienti, pocit užitečnosti, odbornost</p>
<p>N: Myslíš, že je to vrozený nebo se to dá naučit.</p> <p>Dan: Myslím, že se to naučit nedá. Musíš mít ten dar v sobě. Je to takové vnitřní, talent bych řekl. Musíš to mít v sobě. Psychoterapie je umění, terapeut musí být umělec, musí mít něco v sobě... musí být nadaný, nejen se naučit teoretické základy jako kliniku nebo osobnost...</p> <p>N: Je potřeba nějaké konkrétní kvalifikace? Vzdělání?</p>	<p>Naučit se terapie nedá</p> <p>Znalost filosofie – metafyzika, přesah</p> <p>Není optimální věk</p> <p>Dobrý terapeut – láska, sebereflexe, trpělivost, pokora k životu a univerzu</p>

<p>Dan: Já myslím, že filosofické vzdělání... tedy lépe řečeno filosofická orientace je vhodná a potřebná. Aby měl ten filosofický přesah a byl schopen mluvit o metafyzických problémech... etických... nepostihnutelnosti řádu věcí, transcendentna a tak dále.</p> <p>N: Je nějaký optimální věk.</p> <p>Dan: Ne.</p> <p>N: Jaké by měl mít dobrý terapeut vlastnosti?</p> <p>Dan: Měl by věřit v lásku a umět ji prožívat...měl by také být dostatečně sebereflektivní. Měl by být trpělivý, pokorný k životu a univerzu obecně. Taký by měl mít intuici, tedy šestý smysl.</p> <p>N: A jaké vlastnosti by neměl mít?</p> <p>Dan: Neměl by být citově deprivovaný a neměl by toužit po moci.</p> <p>N: Máš nějaký terapeutický vzor? Někdo, komu by ses chtěl v práci podobat?</p> <p>Dan: Ne, nemám.</p>	<p>Terapeut je umělec</p> <p>Negativa – citová deprivace, touha po moci</p>
<p>N: Jak by se jmenovala kniha, která by představovala Tvé stávání se terapeutem?</p> <p>Dan: Jé, to je pěkný. Počkej... (přemýšlí) „Jak jsem hledal pravdu.“ ne, ne... Jmenovala bys se „Jak jsem hledal jak to je.“</p> <p>N: A jaký by to by žánr?</p> <p>Dan: Žánr? Tragikomedie. (směje se)</p> <p>N: A jaké by měl kapitoly?</p> <p>Dan: Kapitoly ty by byly postupně v čase ... Takže první by byla „Já a moje dětství“. To by byly prožitky z dětství. Pak by bylo „Já a dospívání“...„Já a vztahy“... Dál by bylo... „Já a duchovní svět.“, pak (přemýšlí) „Já a praktický život.“ a pak „Já a láska“</p> <p>N: A kde jsi teď?</p> <p>Dan: Nyní je ty poslední tři jak jsem říkal „Já a duchovno“ „Já a praktický život“ a „Já a láska“</p> <p>N: A dál?</p> <p>Dan: v budoucnu to bude „Já a klid v duši“ to bych našel rovnováhu... a... (přemýšlí) „Já a přijetí neznáma“ To už je v budoucnu, to je filosofický román.</p> <p>N: Aha, to se změnil žánr.</p> <p>Dan: No, přesně tak. A mám to. Vidíš. (směje se)</p>	<p>Proces stávání se terapeutem jako celoživotní proces</p> <p>Dle vývojových etap</p> <p>V budoucnu vidí přijetí neznáma, klid v duši.</p>
<p>N: Já se ještě vrátím k tomu, co Ti pomáhá v tom, že se cítíš být terapeutem.</p> <p>Dan: No, hlavně klienti, že se vrací, říkají na co si přišli a co jim pomohlo. A kolegové... ještě k těm klientům, že jim mizí obtíže, to taky pomáhá.</p> <p>N: A ti kolegové v čem?</p>	<p>Zdroje v přítomnosti – klienti – úspěch s nimi, pomoc</p> <p>Kolegové – reflektování, diskuse</p> <p>Budoucí – studium, zkušenosti, srovnání se sám se sebou</p>

<p>Dan: Že s nimi mohu reflektovat vedení terapie, diskutovat. Také, že zápasí se stejnýma věcmi jako já. Někdy mě pochválí nebo ... nebo polemizují se mnou o postojích...</p> <p>N: A co by ti pomohlo k posunu?</p> <p>Dan: Na čtverku by mi pomohlo studium na fildě... psychologie jednooborové, pak životní zkušenosti... pak také touha pomáhat a srovnat se sám se sebou.</p> <p>N: Aha. Je něco, co bys ještě chtěl říct k tomu tématu? Co ti třeba běželo hlavou?</p> <p>Dan: Já jsem terapeut když mě někdo požádá o pomoc, když jsem v terapii, víš. To jsem terapeut a nepochybuji o tom. Ale mimo to... však víš z VPV</p> <p>N: Vím.</p>	
<p>Dan: No, děkuju, bylo to pro mě zajímavý. Máš to pěkně vymyšlený... Já jsem si přišel na to, že vlastně na tom nejsem zas tak špatně, že v té budoucnosti vidím klid v duši. To je dobrá vize, ne?</p> <p>N: To je.</p> <p>Dan: Děkuji... a tobě? Bylo ti to k něčemu, co jsem říkal?</p> <p>N: No bylo to pro mě moc zajímavý, já musím říct, že mnoho věcí mi připadá podobných jako někdy přemýšlím já. Tak Ti děkuji. Já to tady vypnu.</p>	<p>Přínos pro objevení pozitivní cesty.</p>

7.5.2 Katka

N – Nora

K –Katka, 29 let

Kde: kavárna

Kdy: večer

Trvání: 60 minut

<p>N: Takže já ti napřed povím, co tě bude čekat.</p> <p>K: No já něco slyšela už od Dana. (směje se)</p> <p>N: No my jsme teda mafie. Takže víš, co tě čeká.</p> <p>K: Dan říkal, že to bude příjemný a že tam je nějaká škála, ale jinak nevím. (směje se)</p> <p>N: Aha. (směje se) Ale já ti přes to řeknu, co tě čeká, jo? Tak první část je údaje o Tobě, pak je tam ta škála, o které ti říkal Dan. Škála měří jak moc se cítíš být terapeutem. No a pak část, kde říkáš své názory ohledně terapie a terapeutů. A nakonec taková úvaha.</p> <p>K: Dobře.</p> <p>N: Takže kolik je Ti let?</p> <p>K: Dvacet devět už. Za chvíli třicet.</p> <p>N: A jakou máš školu?</p> <p>K: Jednooborovou psychologii. Ted' jsem v atestační přípravě.</p>	<p>Už fungují „tamtamy“ ohledně toho, jak výzkum vypadá</p>
--	---

<p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>K: Od září 2005, tak kolik je to... tak 1 a půl roku to je. Je to kratší dobu než výcvik... Přemýšlím, kdy jsem měla první klienty... když nepočítám VPV, tak dělám jeden rok... no teď moc nedělám... ale zase budu co jsem teď v Praze.</p>	
<p>N: A máš ještě nějaký výcviky než ISZ, které jsou ti užitečné pro terapeutickou práci?</p> <p>K: Telefonickou krizovou intervenci, to byl první praktický vhled do praktické práce s klientem. A pak stáž v léčebně šest týdnů... jako šestitýdenní psychoterapeutický program skupinový... Tak asi to.</p>	<p>Užitečné jsou praktické zkušenosti a výcviky.</p>
<p>N: Když teď dám tu škálu, tak na jedné straně je nula, to znamená, že nejsi terapeut. A na druhém konci.</p> <p>K: Je desítka, že? A to jsem terapeut.</p> <p>N: Ano. (smějeme se)</p> <p>K: No teď jsem na šestce až sedmičce. To znamená, že mám jistotu, ale nemám zkušenosti...Vím, že něco umím, ale potřebuju zkušenost s dlouhodobou prací s klienty...Terapie se nebojím, baví mě to, je to výzva... pořád se ověřuju... Láká mě to, baví mě to, ale mi to jde... mám z toho dobrý pocit... Zjistím to tak, že klienti přijdou víckrát... I když to bylo v umělém prostředí léčebny... ale byla tam kontinuita a význam...</p>	<p>Je vysoko na škále Má ze sebe dobrý pocit, baví ji to Kontinuita a význam práce</p>
<p>N: A co tě dostalo na tu šestku až sedmičku?</p> <p>K: Dosavadní krátká praxe... taky konzultace o práci... možnost dělat v <i>týmu</i>, že vidím, jak to dělají jiní... že bychom to dělaly podobně... Také zpětná vazba, že uvažuji správně... A taky klienti řekli, co je užitečný, když jsem terapeut nebo <i>tým</i>... Považuji to za dobrou a užitečnou věc.</p> <p>N: A ještě něco?</p> <p>K: Ještě v rámci VPV nebo regionálkách se ptám, když dělám terapeuta, chci slyšet zpětnou vazbu... Chci slyšet zda je systemické nebo ne, zda jdu správným směrem.</p>	<p>Minulé zdroje – konzultace, praxe, zpětná vazba</p>
<p>N: Co by posunulo dál na škále?</p> <p>K: Posunula by to spolupráce s klienty... taky diskuse o tom, jak kdo o tom uvažuje... Líbí se mi, že se učíme od sebe navzájem... Třeba taky ty videa, moje i jiných. Na tom zrovna musím makat. Mám jen jedno... neměla jsem jak a kde... neměla jsem kameru, ale teď, jak nastoupím, tak tam kamera je.</p>	<p>Budoucí zdroje - Spolupráce s klienty Diskuse – učení se od sebe vzájemně Rozbory videa</p>
<p>N: Co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>K: No, samozřejmě vzdělání. Myslím tím psychoterapeutické zkušenosti a výcvik... No ale to nestačí, musí k tomu mít osobní předpoklady...Jak říká Dan, že někdo je Bohem obdarovaný...má něco co druhé nemá... Já si říkám, že někdy nám třeba dobře nepřípadá, ale pro</p>	<p>Terapeuta dělá terapeutem vzdělání a výcvik Obdarování bohem Realitvnost toho, kdo je dobrý terapeut Naučit se lze, ale někomu to</p>

<p>klienta dobře je... může pro ně být užitečný...</p> <p>N: Takže záleží na tom, kdo to posuzuje</p> <p>K: No, je to relativní... posuzujeme to my z výcviku a nebo klient... Je to fakt relativní, co pomůže... Někdo je terapeut dobrý jaký je, je tam lidská deviza... no a někomu vzdělání nepomůže... Někdy ale klientům stačí, když terapeut odhrká, co se naučil... ta užitečnost je ze strany klientů... nestačí jen vzdělání... je milion kritérií</p>	<p>nepomůže</p>
<p>N: To předjímáš mou otázku... je potřeba nějaké konkrétní vzdělání?</p> <p>K: Nějaký vzdělání... no je to kritérium často se podle toho bere do výcviku nebo ne... lidi, který nemají s psychologií nic společného... ve stylu „Uklizečka může mít zajímavější nápady než psycholog deformovaný MKN-kem.“ (přemýšlí)</p> <p>N: To je hezký...</p> <p>K: Určitě školy jsou důležité ty, co dávají humanitní, pedagogicko-psychologické směry... to ale neznamená, že stavárna nebo lesnická fakulta... by v sobě neměl terapeuta... no, je to relativní</p>	<p>Relativní, které vzdělání Důležité humanitní, pedagogicko-psychologické</p>
<p>N: Je pro to optimální věk?</p> <p>K: Věk...to je taky relativní... ve 40 letech může být nezralejší a ve 20 letech moudrý na svůj věk... jde to dělat ve všelijakém věku... asi si ti netroufnu říct, který věk to je... Ona osobnost ve dvaceti může a nemusí být zralá... no ano, není to věk, ale osobnostní zralost... jaký ten člověk je... jaké má zkušenosti... jak je to náročný... jak talentovaný... jak (nesrozumitelné) To všechno není definovaný.</p>	<p>Věk je relativní Hlavní je osobnostní zralost</p>
<p>N: Jaké vlastnosti by měl mít podle tebe dobrý terapeut?</p> <p>K: Vlastnosti... no intelekt je nezbytný... měl by být tvůrčí a mít nápady... měl by být kreativní, alespoň v pohledu našeho výcviku... vymýšlet na místě... jak to přijde... vlastně na základě pravidel vymýšlet něco svého... To se mi líbí... to je fakt boží...</p> <p>N: No, to je.</p> <p>K: Je to jako sázka do loterie... (směje se) musí umět pracovat s nejistotou a mít obrovskou míru trpělivosti. Dále otevřenost a toleranci... Zásadní je také schopnost se vyjadřovat, mluvit, naslouchat, naladit se na toho kterého klienta... prostřednictvím empatie... Užitečný je taky smysl pro humor... to se s tím pojí inteligence...</p> <p>N: Hmm.</p> <p>K: Výhoda je také, že je stabilní a vyrovnaný... taky když je odolný vůči zátěži samozřejmě... měl by vědět co dělá a proč to dělá... Motivace může být různá... i člověk, který to dělá pro peníze... také tam patří morální otázka, konfrontování morálky a morálního citění.</p>	<p>Ideál – intelekt, kreativita, improvizace, verbální schopnosti, naslouchání, smysl pro humor, vyrovnanost, motivace, morálka, zvládání zátěže</p>

<p>N: a co by neměl mít za vlastnosti?</p> <p>K: No, nevím, jestli to tak mám... lidí, co mi vadí je hodně, ale nemyslím, že by nebyli dobří a užiteční, mají vlastnosti... třeba zlej a lstivej by to neměl dělat... no řeknu to tak, že negativní vlastnosti by neměly převážet touhu pomáhat... výhoda jsem si ještě vzpomněla, že si umí zachovat postoj, že zvládá zátěž... ale to sem nepatří... no, když je někdo zaměřený moc na pomáhání... může to přestřelit a moc pomáhá... no není produktivní... No v podstatě je to jakákoliv vlastnost v extrémní podobě.</p>	<p>Negativní vzor – lstivý, zlý, extrémně jakákoliv vlastnost -relativní</p> <p>Každá extrém škodí</p>
<p>N: A máš nějaký vzor? Někdo, komu by ses chtěla podobat?</p> <p>K: No terapeutický vzor... málo lidí jsem neviděla... Ale vyhovuje mi <i>Ivan</i>... on je dobrý terapeut, má toho hodně co předat... jsem ráda, že ho můžu sledovat při práci... má zkušenosti a šilenej nadhled... klid a schopnost si z toho udělat prdel... a zároveň toho hodně ví a ví jak na ně... má nápady... to nemůže se začátečníkem fungovat... on má charisma... má sílu osobnosti... on je navíc <i>Ivan</i> k tomu lidský</p>	<p>Zkušenosti</p> <p>Nadhled</p> <p>Umí si udělat prdel</p> <p>Hodně vědomostí</p> <p>Nápady</p>
<p>N: Ano... a...kdy se cítíš být terapeutem?</p> <p>K: Při terapii... a taky při lektorování, kdy využiju systemický dovednosti... je mi to ale nepříjemný v civilu, nedělám to ráda... není dobře to zneužívat a zapomínat, že nejsem v práci... já prostě nejsem ráda, když to zasahuje do života... nezneužívám ten um... je ale otázka nakolik se mi to daří.</p>	<p>Terapeutem se cítí být při terapii a lektorování</p> <p>Oddělení osobního a profesního života</p>
<p>N: Hmm... a jak... kdyby tvůj proces jak se stáváš terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>K: Hmm... to je fakt dobrý... (přemýšlí) mě napadá samý takový... "Učit se učit se... " ale to ne... "Otevřená mysl" no, to je ono.musíš své předpoklady odložit a otevřít se zkušenostem a novým možnostem, přístupům... hledat a nahlížet na věci tvůrčím způsobem... učit se být „otevřená mysl“... jo, „Jak být otevřená mysl“ tak by se to jmenovalo.</p> <p>N: A jakej by to byl žánr?</p> <p>K: tragikomedie...</p> <p>N: A kde jsi teď?</p> <p>K: jsem na začátku... na prvních pár stranách...</p> <p>N: Tak Ti děkuju. Je ještě něco jiného co by tě napadlo k tomu tématu, co jsi chtěla říct a já jsem Tě nenechala.</p> <p>K: Já myslím, že to byl slovní průjem, co jsem tady předvedla... ale teď mi řekni, jak to vycházelo u ostatních a jak ten výzkum probíhá.</p> <p>N: No, mnoho lidí tam řeklo stejný věci jako ty, každý tam pak má pro sebe specifický věci...</p> <p>K: Mně se líbilo jak máš to postupně víc a víc do hloubky,</p>	<p>Jak být otevřená mysl otevřít se zkušenostem, odložit předpoklady</p>

to je dobrý. N: Tak Ti moc děkuju.	
---------------------------------------	--

7.5.3 Pavla

N – Nora

Pa – Pavla, 31 let

Kde: kavárna

Kdy: večer

Trvání: 35 minut

<p>N: Tak já ti řeknu, co tě čeká, jo?</p> <p>Pa: Jasně.</p> <p>N: Takže napřed se Tě budu ptát na takový ty fakta věk a tak... a potom bude škála, která měří, jak moc jsi terapeutem. No a potom bude taková úvaha, spíš tvé názory na to, co je terapie, jaký je terapeut a tak.</p> <p>Pa: No, jo.</p> <p>N: A na závěr ještě jedna úvaha. Trvá to tak půl hodiny až hodinu.</p> <p>Pa: Jasně.</p> <p>N: Tak můžeme začít... tak... kolik je ti let?</p> <p>Pa: Už třicet jedna.</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>Pa: Od doby výcviku... to je teda skoro dva roky... no dva roky.</p> <p>N: A co máš za jiný výcviky než ISZ, který by ti připadaly jako užitečný?</p> <p>Pa: Mám dětskou krizovou intervenci od Linky bezpečí a pak nějaký školení o anorektických a bulimických... a pak ještě sociální práci</p> <p>N: aha a k čemu to bylo?</p> <p>Pa: No jako, jako co s dětma... co s nima dělat.</p> <p>N: A jaký máš vzdělání?</p> <p>Pa: Já mám, Norunko, středoškolské, prosím.</p> <p>N: A jakou školu?</p> <p>Pa: Střední ekonomickou školu... SEŠ... s maturitou.</p>	<p>Předchozí výcviky jako návody, co dělat</p>
<p>N: Tak já ti teď zadám tu škálu, jo?</p> <p>Pa: Jasně, můžeš. (usmívá se)</p> <p>N: Tak na nule je, že nejsi terapeut a na desítce je, že jsi terapeut.</p> <p>Pa: No tak jsem na pětce.</p> <p>N: A co tě na tu pětku dostalo?</p> <p>Pa: Jsem tam díky výcviku... taky práce v Diakonii... všechno z výcviku... jak jsem byla předtím, tak jsem neuměla nic...</p>	<p>Minulé zdroje – výcvik Budoucí zdroje – získat větší jistotu, zbavit se nervozity před a po sezení, před kolegy Uklidňují ji lidi okolo, které má ráda</p>

<p>N: Aha, a ještě něco?</p> <p>Pa: Ne, to je všechno.</p> <p>N: A co Tě posune v budoucnu?</p> <p>Pa: Furt to samý... práce a výcvik... ale myslím, že by mi pomohlo získat větší jistotu... to by mi pomohlo... já jsem třeba, když jsem měla mít to <i>video</i>, ve velkém <i>praktikování</i>, to jsem byla moc nervózní, rozumíš. Já jsem byla ráda, že jste tam byli vy, co vás mám ráda a že jsem se na Vás dívala... a říkala jsem si, jo Norunka se usmívá.koukala jsem se na Dana taky. Moc mě to tehdy uklidnilo. Jak to na Tebe působilo?</p> <p>N: No, pro mě bylo úžasný, jak ses uklidnila, bylas napřed nervózní, ale bylo vidět, jak jsi začala pracovat, že jsi klidná... a mě se moc líbila, jak jsi pracovala, fakt.</p> <p>Pa: Děkuji, jsi moc hodná, já jsem fakt byla nervózní. Při terapii se cítím být terapeutem, ale potom... a před tím...</p>	
<p>N: A co podle Tebe dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>Pa: Tak je to způsob uvažování, empatie... pak vůle člověku pomoci...</p> <p>N: Hmm.</p> <p>Pa: Taky že umí přijmout klienta bez předsudků takový jaký je.</p> <p>N: A jaké by měl mít vlastnosti dobrý terapeut?</p> <p>Pa: Měl by mít selský rozum a být inteligentní</p> <p>N: A jaké by neměl mít?</p> <p>Pa: Já si myslím, že můžeš mít spoustu vlastností, ale jde o to, zda je umíš v rámci sezení potlačit...</p> <p>N: Aha, to je zajímavý...</p> <p>Pa: A neměl by mít předsudky vůči něčemu, vůči lidem.</p>	<p>Způsob uvažování, empatie, vůle člověku pomoci, přijmout klienta bez předsudků dělá terapeuta terapeutem</p> <p>Měl by být bez předsudků a umět potlačit negativní vlastnosti v sezení</p>
<p>N: Je pro to nějaký optimální věk?</p> <p>Pa: To je zajímavý... je to asi individuální ...V osmnácti bych toho nebyla schopna... Nevím... no asi je důležitá taková osobní zralost člověka.</p> <p>N: Myslíš, že je pro to vhodné nějaké vzdělání?</p> <p>Pa: No myslím, že by měl mít výcvik... a nemusí mít vysokou školu... nee... musí mít vysokou školu, jinak bude mít nízké sebevědomí jako já...</p>	<p>Osobní zralost</p> <p>Vzdělání vysokoškolské – ona jej nemá a lituje toho</p>
<p>N: Myslíš, že je to vrozené nebo se to dá naučit, být terapeut?</p> <p>Pa: vrozený nebo naučit? Částečně vrozený, částečně naučit, já myslím.na jednu stranu je to vrozený, na druhou se to dá naučit... i člověk, který se chová necitlivě se to může naučit... začne uvažovat jinak když není debil. (směje se)</p> <p>N: (směje se) Co myslíš tím debil?</p> <p>Pa: Pokud není úplně hloupej, tím myslím.</p>	<p>Dá se částečně naučit. Pokud člověk není „debil“</p>
<p>N: Je nějaký vzor, kterému by ses chtěla podobat?</p>	<p>Moudrost, nadhled, způsob</p>

<p>Pa: <i>Ivanovi a Olze...</i> N: a v čem? Pa: V moudrosti, nadhledu... v tom, jakým způsobem... taky silou toho pohledu a uvažování...</p>	pohledu
<p>N: Jak by se jmenovala kniha, která by značila tvůj proces stávání se terapeutem? Pa: (přemýšlí) „Učím se krok za krokem“... N: A jaký by to byl žánr? Pa: Byla by to kuchařka. (směje se) N: (směje se) A kde v ní jsi? Pa: Za půlkou. N: a co tam je? Pa: Je tam spousta rad, návodů, postupů... a taky tam třeba je... nic si z toho nedělejte, že se to všechno spálilo... (směje se) N: aha, takový utěšení... Pa: No nebo třeba recept pokračuje „koupíme nový kuře“... a na konci je napsaný „Jste dobrý terapeut.“ (směje se) N: (směje se) Tak ti moc děkuji. Je ještě něco, co bys chtěla říct, co je důležitý, co jsem tě přerušila, co ti běželo hlavou... Pa: No, že to nebylo tak strašný, ne? N: Ne, vůbec nebylo. Pa: Bylo to vůbec k něčemu? Mně přišlo, že plácám hrozný nesmysly. N: Ne, vůbec bylo to zajímavý. A pro Tebe? Pa: No, moc pěkný, Norunko. Hlavně ta kuchařka... kdyby taková byla, to by bylo něco. N: No, to jo. P: Tak jo. Je to všechno? N: ano. díky.</p>	<p>Učím se krok za krokem – kuchařka pro terapeuty – rady, postupy, návody, nic se neděje, když to spálíte... Na konci – jste dobrý terapeut</p>

7.5.4 Petr

N – Nora

P –Petr, 30 let

Kde: Petrova práce

Kdy: ráno

Trvání: 60 minut

<p>N: Tak bychom mohli začít. P: Nebude to bolet? N: Ne, neboj. P: A budu muset něco psát nebo kreslit? N: Ne, nemusíš, já se budu ptát. Budeš jen mluvit. P: No to jsem rád. Ale je škoda, klidně bych si něco</p>	Předchozí výcviky
--	-------------------

<p>nakreslil. (směje se)</p> <p>N: Takže já ti napřed řeknu, co Tě bude čekat.</p> <p>P: To já rád.</p> <p>N: Napřed to budou nějaký fakta o Tobě, potom tam bude taková škála... kde jako zrovna jsi v tom, jaký jsi terapeut. Potom takové tvé názory a nakonec... úvaha. Trvá to tak půl hodiny až hodinu, jak kdo mluví.</p> <p>P: Dobře. Tak jdeme.</p> <p>N: Kolik je Ti let?</p> <p>P: Třicet.</p> <p>N: A co máš vystudovaný?</p> <p>P: Jsem psycholog, jednooborový.</p> <p>N: Máš ještě nějaký jiný výcviky než ISZ, který Ti pomáhají v praxi?</p> <p>P: Mám dva roky gestaltu... od tam jsem odešel... pak systemický management u Strnada... bylo tam všechno, co na výcviku, akorát ve zkratce... no to je asi všechno důležitý.</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>P: Jak dlouho dělám s klientama? No, začal jsem v roce 2002... s pauzama, ale nastoupil jsem v K-centru a tam intenzivně... a tady je mívám večer... jinak jsem začal kaučovat... to je podobný tomu, co dělá terapeut... to je tady...</p>	
<p>N: Aha a když Ti teď dám tu škálu, tak na nule nejsi vůbec terapeut a na 10 jsi terapeut.</p> <p>P: Jo, tak jsem na půlce... na šetce... kus cesty už mám za sebou... udělal jsem toho pro to... udělal v poslední době dost... můžu si věřit.</p> <p>N: A co tě dostalo na tu půlku, na tu šestku?</p> <p>P: No, mám za sebou pár klientů a mám pocit, že jsem jim fakt pomohl. Taky samotnej výcvik, věci si ujasňuju... ošahávám si, co funguje a co ne... vím, proč některý věci dělám... uvědomuju si, že je fajn si cvičit konstruktivistický nástroj... konstruktivistické otázky... vím, proč použiji v tu chvíli... vím kdy co užít...</p>	<p>Věří si</p> <p>Minulé zdroje: pomohl klientům, výcvik – uvědomění si technik a toho, co funguje</p>
<p>N: A co by Tě posunulo dál?</p> <p>P: Co by mě posunulo dál? Praxe, mě neposune nic jiného... Více praxe, více <i>praktikování</i>... eee... možná umět se zastavit, číst o těch věcech, dělám to z rychlíku všechno... No, do jaké míry se chci věnovat právě terapeutické práci... Musel bych udělat zásadní rozhodnutí, že praštím koučováním a půjdu touhle cestou... asi bych se vůbec víc potřeboval uklidnit, sednout si a říci si, co chci...</p>	<p>zdroje budoucí – praxe</p> <p>Do jaké míry je terapie prioritou?</p> <p>Uvědomit si, co chce, uklidnit se</p>
<p>N: Co dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>P: No já jsem terapeutem, když jsem s klientem... ale ne</p>	<p>Terapeuta dělá terapeutem, když je s klientem.</p>

<p>vždycky jen tam... Je to ten, kdo umí pracovat systemickým stylem... je to v mnoha různých situacích, ve skupinových pracích... na změně, aby reagovali lidé... je to člověk, který těmi schopnostmi disponuje i v komunikační sféře... Je to i v koučování, když dávám 360 stupňovou zpětnou vazbu... když se s ním o tom bavím, když dávám hranice, hodně to používám...</p>	<p>Dále když využívá systemické komunikace, různé kontexty</p>
<p>N: Jaké vlastnosti by měl mít dobrý terapeut? P: Měl by mít vysoké čelo a skvělý zrak ... (směje se) N: (směje se) P: Ne... měl by mít rád lidi, zbytek je nezajímavej... podružnej... měl by mít rád lidi, být s nima... Musí lidí přijet k tobě, skočit do té vody s nima a mít je rád... Měl by je chtít pochopit, víc než jim pomoci... Je důležitá i sebedůvěra... měl by věřit tomu, co dělá, že to má smysl... ale to není to stejný, jako sebevědomí. Sebevědomí je, že si myslí, že je dobrý terapeut... Sebedůvěra je, že to má hlavu a patu a že věří, že ta celá věc někam vede. Ne, že si říká „Jsem dobrý doktor?“ Ale že můžu člověku pomoci... Je to víra v to, že celá terapie má smysl... N: Aha, takže sebedůvěra. P: No, kamarádka se teď v něčem plácá, chce poradit... jdu s ní na pivo a snažím se poradit... chtít se do toho vložit... Dokáže také zakázku odmítnout, když zjistí, že nemůže pomoci. Měl by znát své hranice a hodnoty.</p>	<p>Mít rád lidi Chtít se vložit Skočit do vody za klienty Sebedůvěra- že mohu pomoci Znát hranice a hodnoty</p>
<p>P: Kdybych to nazval jako vlastnosti, tak by měl být vnímavý, přijímající a akceptující... orientovaný na pomoc... schopný říct i ne úplně příjemná sdělení... Měl by umět vyjádřit své stanovisko... což nevím, zda je vlastnost nebo schopnost... Ale zase z něj nechci dělat Mirka Dušína. (směje se) N: (směje se) P: Měl by být férový, nehrát dvojí hru, být s lidma... být čitelný pro lidi, aby klienti věděli, na čem jsou... Měl by být přemýšlivý.</p>	<p>Vnímavý Přijímající Orientace na pomoc Schopnost sdělit stanovisko i ne moc příjemné Není to Mirek Dušín Férový, čitelný Přemýšlivý</p>
<p>N: Myslíš, že je nějaká vlastnost, kterou by neměl mít? P: Myslím, že nějaká arogance... a stejně jako každý člověk, kterej se něčím živí, a kterej si myslí, že ví, jak to má být... Taky rigidita – s každým klientem je to jinak... Je problém, když to někdo seká jako Baťa cvičky... (směje se) N: (směje se) takže rigidita P: Jo, Nesekat to.</p>	<p>Arogance, rigidita (sekat to jak Baťa cvičky).</p>
<p>N: Je pro to nějaký optimální věk? P: Ne, spíš zralost je podmínkou... Možná takové ty věci předcházející... otlučenost životem... když ho v životě nic nepotkalo tak... nemyslím třeba brát heroin, ale být</p>	<p>Zralost, otlučenost životem Jak to působí na klienty</p>

<p>otlučeném... ne, že máš vše zažitý... někdo je otlučeném ve dvaceti, někdo jinej až ve stáří...</p> <p>N: Takže ta otlučenost...</p> <p>P: no, ale já když jdu kaučovat třeba padesátiletý manažery, tak si říkám, že se lekne... on to vnímá jinak než já... je to jiná otázka... někdy to může být odrazující pro klienta... někdy to není důležitý... A teď se zeptáš na etnikum a pohlaví?</p> <p>N: (smích)</p> <p>P: To není důležitý.</p>	
<p>N: Je pro to nějaká vhodná kvalifikace? Vzdělání?</p> <p>P: Terapeutický výcvik je fajn...ale nemyslím si, že vzdělání jedno... ti, co hádají z kávový sedliny, těch bych se bál...myslím, že když tam přistoupí terapeutická práce... z formálních důvodů je to dobrý, ale mnoho lidí je dobrých i tak... a možná některý výcvik může zkazit do práce chuť k terapii...ale myslím, že musí být</p> <p>N: Takže výcvik.</p> <p>P: Může být intuitivní, ale měl by vědět proč to dělá... není výcvik... není k zahzení... I té čarodějnici bych to doporučil. (směje se)</p>	<p>Výcvik, někdy ale zkazí chuť</p> <p>Někdy může být dobrý i bez ní</p> <p>Ne hádání z kávové sedliny</p> <p>I čarodějnice má mít výcvik</p>
<p>N: Myslíš, že je to vrozené nebo se to dá naučit?</p> <p>P: Tam, kde nic není, tam to moc nevylepšíš. Tam je talent nebo vrozené schopnosti... Já použiju takovou metaforu ze sportu... vzpírání je 100% dřina... ale atletika je, kde je dřina fajn, ale pohyb nadání... a v krasobruslení je to 50 na 50...</p> <p>N: Je, to je hezký.</p> <p>P: Spousta věcí se dá naučit... jde to, někdo lehce, někdo to má vydřený... Je důležitý, zda je tam ta lehkost... jako v atletice třeba... Jak jsi mluvila o těch vlastnostech předtím v té otázce, tak to se nenaučíš... to už jsi tak postavila i ty... vlastnosti se nenaučíš.</p>	<p>Dá se to naučit, ale lehkost je díky talentu.</p> <p>Jinak je to vydřený.</p> <p>Vlastnosti se nejde naučit</p>
<p>N: Máš nějaký terapeutický vzor, někdo, komu by ses chtěl podobat?</p> <p>P: Terapeutický vzor? (přemýšlí) Možná <i>Ivan</i>... je to otázka... mám ho rád jako člověka... viděl jsem ho jako v práci... má nadhled... ale je to těžký zformulovat do slov... A pak Tono Polák...</p> <p>N: A v čem ten <i>Ivan</i> je vzor?</p> <p>P: takový to ... nedělejte z toho Taj Mahal... je to o tom... mám pocit, že má ty lidi rád... snaží zachovávat si lehkou ironii a cynismus...Je to tam i intenzivně.</p> <p>N: a Tono?</p> <p>P: Tono Polák ten ve schopnosti přemýšlet... to byl lektor na gestaltu... kritizuje to, že člověk zapomíná, že klient je</p>	<p>Srdce - Náhled, lidskost</p> <p>Ironie, cynismus, nedělat z toho Taj Mahal</p> <p>Myšlení - mozek</p>

<p>člověk... neopovrhoval lidma... Já kdybych to vzal na orgány, tak <i>Ivanovo</i> srdce a Tonův mozek</p>	
<p>N: Kdyby tvůj proces stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala? P: je to je dobrý... to se ti povedlo... Malý Bobeš, Děti z Bullerbynu, Honzíkova cesta... (směje se) N: (směje se) P: ne... "Bludný Holand'an"... To je to hledání... mě k tomu schází to finální rozhodnutí... přešel jsem z traktoru do Ferrari... vím, že je to správný... dělám a nedělám terapeuta N: A jaký je to žánr? P: Je to horor, sci-fi, komedie. N: A kde jsi teď? P: Před hlavní zápletkou... Už nastala expozice, která graduje do neznáma... teď je gradace děje, nebo jak to v literatuře nazývají... Jsem z 500 stran na 300 straně. N: A co bude pak? P: Doslov... napsal, přeložil... ne, 249 Kč bez DPN a napsal, přeložil (smějeme se) A s tím hrdinou je to tak, že je před křížovatkou, tam bude volit... (přemýšlí) musí to přetnout a udělat rozhodnutí ano, ne... musí si uvědomit, co hlavní hrdina vlastně chce...</p>	<p>Bludný Holand'an – horor, sci-fi, komedie Před hlavní zápletkou – nutnost volit na křížovatce</p>
<p>N: Aha... Je něco co bys ještě chtěl říct k tomu tématu, co ti běželo hlavou, co tě napadlo? P: No, bylo to úžasný... já jsem si uvědomil, že se musím rozhodnout, mám terapii v ruce... Bludný Holand'an, mořeplavec, který je odhodlán i na to jaká je vichřice přejít... aby to jeden mohl dělat naplno, musí se rozhodnout, zda může. Před dvěma roky by mi to pomohlo možná nejvíc... N: Takže jsi zjistil, že se musíš rozhodnout. P: No, musím říct, co chci dělat... I za cenu toho, že budeme žrát omítku... Protože když živím rodinu, tak jsou peníze moc důležité... a teď budeme tři, takže to není jen tak se rozhodnout... N: To je pravda. P: Takže uvidím. No, nicméně, to máš fakt pěkně udělaný, hlavně to s tou knihou... to bylo moc dobrý... N: Děkuji moc za Tvůj čas. P: No, já taky děkuju, bylo to příjemný, budu to muset takhle po ránu dělat častěji, takhle se zamyslet... N: Díky.</p>	<p>Rozhodnout se, zda terapii chce dělat naplno Významný faktor peněz, pro rodinu a dítě</p>

7.5.5 Kája

N – Nora

Kj –Kája, 38 let

Kde: hospoda

Kdy: odpoledne

Trvání: 45 minut

<p>N: Tak, Kájo, přejdeme k tomu rozhovoru, jo? Já Ti napřed řeknu, co Tě čeká, abys věděla.</p> <p>Kj: Tak jo.</p> <p>N: Napřed se budu ptát na faktografii, pak tam bude škála, jak moc se cítíš terapeutem. Potom Tvoje názory na terapii a profesi terapeuta a pak taková úvaha. Trvá to tak půl hodinky až hodinku.</p> <p>Kj: Jasný.</p> <p>N: Kolik je Ti let?</p> <p>Kj: Třicet osm.</p> <p>N: A jaké máš vzdělání?</p> <p>Kj: Středoškolský, gymnázium. Teďka studuju andragogiku, jsem ve třetím ročníku.</p> <p>N: To je bakalářský?</p> <p>Kj: Jo. A pak mám v rámci celoživotního vzdělávání arteterapii. A teď výcvik ISZ.</p> <p>N: A máš kromě ISZ nějaké jiné výcviky nebo školení, které Ti přijdou užitečné při práci?</p> <p>Kj: Mám dvouletý výcvik Beaty Albrich, arteterapeutický, sebezkušenostní skupinu. Pak jsem dělala... to bylo dobrý... Mandala života. Byl to taky sebezkušenostní výcvik, takovej filosoficko-psychoterapeutický... ani teď nevím co bych k tomu přidala... Naučila jsem se práce s klientama a taky nějaký moje věci. No a taky taneční terapie, co jsme dělaly spolu.</p> <p>N: Hmm. A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>K: V psychoterapeutický praxi v podstatě rok a půl v Gaudii a předtím něco, tak dva roky. A pokud se počítá i arte, tak 4 roky.</p>	<p>Výcviky zkušební, arteterapeutické, práce s klienty a sebepoznání</p>
<p>N: A pokud bychom daly tu škálu, kdy na nule nejsi terapeut a na desítce jsi terapeut, tak kde bys byla?</p> <p>K: Na devítce, desítce... Myslím, že jsem terapeut. Už dřív jsem byla tak na 7. Měla jsem jeden bod, abych měla klienty a to se mi povedlo... a šla jsem do praxe... Tak jsem to měla vysoko. A teď jsem terapeut bytostně... (směje se)</p> <p>N: Aha, takže už terapeut jsi. (smějí se)</p> <p>Kj: No, mám někdy pocit, že plácám nesmysly... mám pak pocit, že terapeut nejsem... ale když si klepu na rameno (předvádí), jako že jsem dobrá, tak mám 10. (směje se)</p>	<p>Už je terapeut Když se daří, tak si „klepe na rameno“</p>

<p>N: Co dělá podle Tebe terapeuta terapeutem?</p> <p>Kj: V čem je terapeutem? Myslím, že ve schopnosti naslouchat... schopnost lidí tolerovat... přijímat jaký jsou... trpělivost s nimi (smích)... Myslím, že by měl mít pozitivnější pohled na svět, život... neměl by být úplnej negativista.</p> <p>N: Hmm.</p> <p>Kj: Měl by mít schopnost myšlení... analytického tvůrčího myšlení... analyzovat, pochopit, zůstat otevřený tomu, aby se klient (nesrozumitelné), co mu říká...</p> <p>N: Jaký by neměl být?</p> <p>Kj: Neměl by být vulgární, sprostým typ, měl by mít morálku... rozumíš, co myslím? Neměl by být jako člověk hovado. (směje se) jako nemorální.</p>	<p>Schopnost naslouchat, tolerovat, pozitivní pohled na svět</p>
<p>N: Aha. Myslíš, že je to vrozené nebo se to dá naučit?</p> <p>Kj: Myslím, že vrozený to není, že mají lidi větší dispozice. Může to získat člověk, jak roste... nemusí ale být z takový dobrý rodiny... může mít blbou rodinu... vrozený to není...K tomu prostě má někdo blíž a někdo dál... ani o temperamentu to není... lidi z výcviku mají různý temperament...</p> <p>N: Aha.</p> <p>Kj: Souvisí to s vlastnostma... naslouchat, zajímají ho lidi... více než člověk, kterej se zajímá o nesmysly... už v patnácti letech ho třeba zajímají lidi... ten by k tomu třeba měl blízko...</p>	<p>Vrozené to není Jsou k tomu dispozice větší nebo menší, jak blízko k tomu má Souvisí to s vlastnostma</p>
<p>N: Myslíš, že je pro to optimální nějaký věk?</p> <p>Kj: Laické terapeut může být třeba šestnáctiletá holka, když má ty předpoklady... čím je člověk starší, tím víc zkušeností v životě má... setkal se s více lidma... s více věcmi... starší je klidnější a vyrovnanější v podstatě... nevysiluje se tak, jako mladý člověk...u mladých je to zase nadšenější a živější... nedá se to ale tak přesně oddělit... protože živej padesátník může být stejně jako mladý kluk... (smích)</p>	<p>Starší – výhoda zkušenosti, setkání se s věcmi, lidmi Mladší – energie, nadšení Ale může být i naopak</p>
<p>N: Je pro to vhodné nějaké vzdělání? Kvalifikace?</p> <p>Kj: Vzdělání? Měl by mít výcvik... a sebezkušenost je velké vzdělání, takže má terapii dělat... no a jak máme ve výcviku... ti lidi mají vzdělání různý... vysoká škola je dobrý mít, ale nemusí být... Může být výbornej terapeut, co je středoškolák a blbej terapeut s dvaceti pěti vysokýma školama. (smích)</p>	<p>Vzdělání – výcvik Vš dobré mít, ale není záruka odbornosti</p>
<p>N: Máš nějaký vzor, někoho, komu by ses v práci chtěla podobat?</p> <p>Kj: Vzor je <i>Ivan</i>. Líbí se mi. Je přirozený a zároveň je vidět, že mu to pálí...je chytřej... nebere to vážně... on si tam sedne a normálně se baví... je přirozený a nenásilný...</p>	<p>Přirozenost, chytrost, nenásilnost Nenápadná facilitace, „nefinitní“, nehodnotí</p>

<p>N: hmm... a ještě někdo?</p> <p>Kj: Ještě Beata Abrich se mi líbila... ta má rogerse, ona vlastně není arteterapeut, ale facilitátor... je to nenápadnej prvek, kterej pomáhá, dává materiál, nehodnotí, je podpora... prostřednictvím... a víš, že toho ví moc... je taková normální a „nefintní“</p> <p>N: Nefintní?</p> <p>Kj: (smějeme se) Nepřetvařuje se, je svá.</p>	
<p>N: Hmm. Kdyby Tvůj proces stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>Kj: Kniha... je to je dobrý... (usmívá se) „Cesta za štěstím“... ty brd'o... to je romantický... ne... romantický ne...</p> <p>N: A jaký je to žánr?</p> <p>Kj: Film to je... (smích) Ježiš, musím předělat název...</p> <p>N: A kde v něm jsi?</p> <p>Kj: Jsem v něm furt, bud v něm furt... je to seriál z psychoterapeutického prostředí... „Cesty za štěstím“, ne cesta za štěstím... je to něco mezi Chicago Hope a „Na cestě“ od Kerouaca (směje se)</p> <p>N: (směje se)</p> <p>Kj: Je to o mým životě ... na cestě I, na cestě II (smějeme se)</p> <p>N: Tak jo, to je všechno.</p> <p>Kj: Je to všechno? Je mně se s Tebou pěkně... to bych si ještě povídala...</p> <p>N: To já taky.</p> <p>Kj: Mně to bylo moc příjemný... já jsem ale vymyslela věci.</p> <p>N: Tak děkuju.</p>	<p>Cesty za štěstím – film, celý život</p>

7.5.6 Bára

N – Nora

B –Bára, 29 let

Kde: u Báry doma

Kdy: večer

Trvání: 60 minut

<p>N: Tak Ti děkuju za čajík... tak můžeme začít?</p> <p>B: Já jsem připravena. (směje se) Co tam máš?</p> <p>N: Já Ti napřed řeknu, co tě čeká. Bude to tak půl hodiny až hodinku... Mám tam okruh kolem fakt, o vzdělání a věku... potom je tam škála, která měří, jak moc jsi terapeut. No a nakonec taková úvaha kolem toho, kdo smí být terapeut a kdo ne. A takové zamyšlení.</p>	<p>Arteterapeutické zkušenosti</p>
---	------------------------------------

<p>B: Fajn. N: Tak, kolik je Ti let? B: Je mně 29. Už. N: Jakou máš školu? B: VOŠ fyzioterapii, pak tříleté arteterapie na pedagogické fakultě. N: Jak dělala Kája? B: No. N: A máš kromě výcviku nějaké jiné výcviky nebo školení, co by Ti pomáhaly v praxi? B: Mám práci s tělem... byly to spíš přístupy práce s tělem... fyzioterapeutické... Jinak ne.</p>	
<p>N: Jak dlouho jsi v praxi? B: ... v lednu 2005 jsem skončila školu, byla sebezkušenostně a zaměřená na osobní rozvoj... dělala jsem při škole takové výtvarné večery, v malé skupině, arteterapii... pak areterapeutická skupina s ležícími pacienty, svépomocná skupiny... 2004 jsem v létě pracovala na Malvazinkách... tam jsem skončila na konci roku 2006... to byla velká zkušenost... naučila jsem se na pacientech... že je důležité, aby lidé měli komplexní terapii, aby kdyby chtěli skupinu, tak se přirozenou cestou mohla utvořit... spousta lidí je mimopražských, takže je to jen intervence... když je problém větší, tak lze dělat delší terapie. N: Hmm. B: Pak jsem psychoterapeutický výcvik začala... nastoupila jsem na ambulanci, ne lůžko... začala jsem to propojovat... ňák... ňák... domlouvat psychoterapii i tu fyzioterapii... napřed je nějaký povídání, vyjasnění... a pak, pokud je potřeba, tak občas nabídnu psychoterapii... no a teď v XXX mám na půl masáže a na půl terapie... někdy povídáme a pak masáž... někdy to není návaznost... někdy je jasný, že jedno ovlivňuje druhý... tělo přes rozhovor a naopak... je to teď první místo... na živnost'ák... hlavní činnost je ambulance... tam už mám vyšlapanou cestu... občas tam můžu mít i sezení... teď to propojuju a začleňuju do rozhovoru... někdy je to poradenství... pokud je to závažnější, nějaká somatická reakce... reaguje celý tělo... po zaběhaných postupech je to dobrý... lidé se vrací, protože se uvolní i na psychoterapii...v XXX je teď grant i pro rodiny nemocných, takže je tam možnost i rodinných příslušníků za malý příspěvek, to je příjemný... na ambulanci nejsou lidé, kteří by měli na to, aby si to plně hradili... no a v XXX je to na pojišť'ovnu... oni si lidi řeknou zda masáž nebo psychoterapii nebo obojí</p>	<p>Propojení fyzioterapie a psychoterapie – jak propojit společně? Uvolnění se – lidé se vrací Blízké téma pro Báru, hodně o tom mluví, obrazný jazyk, přirovnání</p>

<p>N: Hmm. To je dobrý, že to můžeš skloubit. A kdybych teď dala tu škálu, kde na nule je, že nejsi terapeut a na desítce, že jsi, kde by jsi byla?</p> <p>B: V půlce... si myslím... začala jsem, dělám to, mám supervize, učím se a vyvíjím se... samostatně bez toho se necítím... jsem vděčná za konzultace, supervize... směřuju k tomu, abych měla tolik odvahy, abych praktikovala víc... jako zaměstnání víc... ne finanční jistota... abych byla pánem a uživila se... to je ta praktická stránka... abych míň potřebovala supervize a vedení... budu praktikovat pár let, dodělám výcvik... třeba i za několik let... potřebuju životní zkušenosti... mít děti... věnovat se rodině... i to je přínos, abych byla dobrý terapeut... mám radost, dává mi to smysl, když se to propojilo... chronicky nemocní lidé... jako terapeut potřebuji naplnit své uplatnění... když to udělám, tak se posunu na škále dál... moje osobní štěstí bude větší a tyhle věci... abych se o sobě poznala i v osobní rovině, nejen profesionálně.</p>	<p>Důležité jsou supervize, konzultace</p> <p>Práce s lidmi, teoretický základ</p> <p>Finance – užít se, být svým pánem.</p> <p>Mít děti a věnovat se rodině, mít zkušenosti</p> <p>Propojení s osobním životem</p>
<p>N: A co Tě na půlku dostalo?</p> <p>B: Na půlku? No výcvik, teoretický základ, že jsem dělala s lidmi, zkušenost z arteterapie... pořád chtějí, abychom praktikovali... že jedinečně tak to poznáme... já jsme praktickém člověk, vymýšlím alternativy, praktikuju... no, klienti mi dávají zpětnou vazbu, že chodí a že se i zlepšili...</p> <p>N: A kde se cítíš být terapeutem?</p> <p>B: V obecnějším kontextu... obecněji v pomáhání... připadá mi, že někdy dělám málo... malý a jednoduchý věci... když se připojuju a vzniká vztah, důvěra, bezpečí... že se cejtim tak... no... ee... mm.asi v tom... já nevím, jak to říct... že dělám něco, co lidi potřebují... že na někoho přirozeně šáhnu, že je mu příjemnej dotek... tak stačí, když to takhle potřebují... a když někdo potřebuje deset sezení mluvit o svém synovi, jak je závislej na drogách... a stupňuje se to do nějakého bodu... všechno mi připadá jako terapie a pomáhání... asi na začátku vztahu si připadám jako terapeut... vytvořit bezpečí a důvěru je nejdůležitější... vždycky ráda poruším pravidla, aby to bylo takový lidský. Jsem zastánce rčení, že někdy míň je víc.</p>	<p>Zpětná vazba, praktikování</p> <p>Pomáhání</p> <p>Dělám, co lidé potřebují</p> <p>Vytvářet bezpečí, být lidský</p> <p>Co lidem pomáhá</p> <p>Někdy míň je víc</p>
<p>N: Co dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>B: Mně dělá terapeutem to, že mě to baví a dává smysl... kdyby mě to nebavilo, tak nevím... když jsem unavenější, je energie míň... když jsem sama sebou... to je terapeutické kontext, tak si připadám, že to mě dělá terapeutem... že reaguju na toho klienta s chutí</p>	<p>Energie, baví ji to, kontext dělá terapeuta</p>
<p>N: a jaké vlastnosti by měl mít terapeut?</p> <p>B: No určitě by měl mít trpělivost, empatii... nebo</p>	<p>Empatie</p> <p>Individualita</p>

<p>schopnost empatie... i určitá osobnost, individualita... aby dokázal vymezovat... trošičku vymezovat postoje, které jsou na hranici kompetence terapeuta... měl by být tvořivý... hodně kreativní... tvořivý ve slovech, ve významech... není mi to extra daný, ale baví mě to... umí taky naslouchat... to je důležitý taky... měl by být expert na individuální významy slov... lingvistická hra... to je úžasná záliba... taky být zvědavá a drzá, jak to ti druzí mají se zabývat...</p> <p>N: Hmm... a.</p> <p>B: Eště si myslím, že je to zralost a dostatek zkušeností... někdo to má úměrný s věkem, někdo ne, to si myslím, že je fajn... umět reflektovat, aby to bylo autentické... někdo to rád slyší.</p>	<p>Stanovení hranic Verbální zdatnost Naslouchání Tvořivost Hry se slovy a významy Zvědavost Zralost</p>
<p>N: A jaké vlastnosti by neměl mít?</p> <p>B: Jakákoliv vlastnost, která je negativní a je reflektovaná a pracuje se s ní, se dá využít...Mně někdy klienti naštvou... když už dlouho...dojde trpělivost... vím, že je můžu zranit slovem... Je to pro mě signál ozvat se... tak to prostě řeknu a uleví se mi... dá se to prostě využít... Když je klientů moc, tak se to objeví přes to negativní...a když něco nejde a brzdí to... tak to předat než se trápit... pro mě je to blbě, když moc nepochybuju... si říkám, že to dál nevede... mám extrémů víc, moc spokojená, moc nespokojená... když je to něco mezi, je to dobrý... taky podle reakce klienta to poznám...když to nikam nevede, tak se to snažím otevřít... po minulý zkušenosti... když mám sama osobní problémy, tak je to těžký dělat... to se projeví přes tělo... musím respektovat jak kdo co snáší... každý si ty hranice musí poznat sám... ne jen být ponořen v pomáhání... je třeba umět poznat, že chci zabrzdit... klienti to ale zvládli a přežili... volali mi, zda jim dám termín, až se uzdravím... tak to mě dostalo, psali SMSky... byla jsem dost destruktivní...</p>	<p>Negativa lze tvořivě využít, když jsou reflektovaná Reflektovat chyby Říct v sezení chyby Poznat své limity, kdy už je toho moc Protože se zhroutila a klienti se o ni starali</p>
<p>N: Myslíš, že je nějaký optimální věk?</p> <p>B: Není to o věku, si myslím... pokud je zralejší a má svůj názor, tak když odlišuje postoje sebe a druhého, tak může dělat terapii... je způsobilý... ale... ale jak to poznat, to je těžký... životní zkušenosti jsou víc než věk... když se sejdou ženy, které mluví o manželské krizi, když to znám z domu, nechci vytvářet dojem, že to mám doma... terapeut má žít v pořádku... to naplňuju ten předpoklad... když chci, aby se člověk uvolnil, tak řeknu svou zkušenost, je to větší empatie, lidi to uvolní... že najednou ví, já sdělím, že „já taky“... to lidem může vytvářet bezpečí a na základě toho jsem lepší terapeut... lidé potřebují být na jedné lodi, stejný</p>	<p>Životní zkušenosti jsou víc než věk, zralost Možnost sdílet zkušenosti s terapeutem, být na jedné lodi</p>

se stejným	
<p>N: Je pro to vhodné nějaké vzdělání?</p> <p>B: Vzdělání? No v mém případě když jsem byla na gymnasiu... tak jsem chtěla na psychologii... ale nedostala jsem se, tak jsem nešla a nastoupil praktický život... jsem ráda, že jsem k tomu šla oklikou, že mi nepomohlo ani jedno ani druhý, ale úplně něco jiného... pomohlo mi to najít a uvědomit si, co je to dobrý, ale ... až na výcviku jsem našla to ono, díky tomu si to spojuji... teorie je fajn, ale já jsem praktik...</p> <p>N: Takže je to důležitý to vzdělání?</p> <p>B: Těžko říct jaký by to bylo bez vzdělání... ale na druhou stranu spousta toho ze škol zatěžuje hlavu... (přemýšlí) takže to... tak... nevím jak to poznat, to bych se musela někoho zeptat, je to individuální... co si kdo odnese ze školy a co ne... škoda, že v tomhle státě se nedá studovat psychoterapie... takhle by se mi to líbilo... nechtěla bych umět testy, ale ta obecka, specka i další jiný... ale raději jsem byla za dějiny umění... možná mi něco chybí... a ty analytický interpretace jsou taky zajímavý...</p>	<p>Praxe je důležitá</p> <p>Teorie může zatěžovat hlavu</p> <p>Vzdělání – záleží, kdo si co ze školy odnese</p> <p>Význam psychoterapeutického vzdělání</p>
<p>N: A je to vrozený nebo se to dá naučit?</p> <p>B: Já si tuhle otázku kladu často taky... jeden kluk, co je na rehabilitaci... je složitější, má vysokou školu, je ze slušné rodiny... a když měl možnost jít na brigády, když mu bylo 15, dřel... koupil si motorku... měl pak ošklivý úraz krku... doma pak řekl, že mu to nezakážou, že bez toho nemůže být... když nebude jezdit, je mrtvej... tak si myslím, že je to podobně v terapii... mají motorku, pokud nejedí, nepomáhají... nejsou šťastní... to pomáhání se musí v životě několikrát vyzkoušet... je to ale úchylka, co?</p>	<p>Něco vrozeného je, lidi to naplňuje</p>
<p>N: Máš nějaký terapeutický vzor? Někdo, komu by ses chtěla v práci podobat?</p> <p>B: Nemám žádný vzor... mně imponuje hodně lidí... ale připadá mi eee... že je víc lidí a na každém se mi líbí něco... ale vlastně s emi vždy líbil... koho mám ráda je <i>Ivan</i>... líbí se mi jak pracuje, ale já nejsem <i>Ivan</i>... Taky <i>Olga</i>... i lidi ve výcviku... tak se obohacujeme, že každý něco umíme... je tam práce ve skupině, v <i>týmu</i>... ale obecně... mně se líbí ženy, které šly... za tím svým životním voláním, určením... ať už dělají cokoli... ať už byly doma, matky, poskytovaly lásku, skvělé terapeutky... mně se líbí, jak to dělají ženy po žensku... respektování... to že jdeš za tím svým voláním, puzením... kam se chceš vyvíjet, tam deš...</p>	<p>Vzájemné obohacování na výcviku</p> <p>Ženy, které šly za svým voláním, posláním</p>
<p>N: Kdyby to Tvoje stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>B: to se povedlo... jak by se jmenovala... ta kniha... to je</p>	<p>„Labyrint terapie a ráj srdce“</p> <p>Vřelej vztah, hledání</p> <p>Život propojený s prací</p>

<p>těžký... to je celý proces... tak já... (přemýšlí)... mně napadají samý takový názvy... žádnéj takovej... Asi „Labyrint terapie a ráj srdce“ (směje se)</p> <p>N: (směje se)</p> <p>B: Já nevím, kde jsem, zatím mám vřelý vztah k tomu... nikdy nevím, kde jsem, doufám, že se vynořím... a kdyby jo, tak srdce se v tom najde, já se v tom najdu... význam, knihy je pro mě uspokojující</p> <p>N: A jaký je to žánr?</p> <p>B: Je to forma životopisu... probíhá tam hodně věcí (smích)...</p> <p>N: A kde v ní jsi?</p> <p>B: Asi jako na té škále... těžko říct, ale zda se nová kapitola bude psát pomaleji... jo, myslím, že se stánky budou psát pomaleji, bude to těžší a těžší psát je... jak to říct... já si myslím, že terapeutická práce, pokud je životopis, tak další krok teprve, hůře než na začátku... pro mě bylo důležitý přikoupit k úchylce pomáhat, to je ono... někdo má radost z toho, že jezdí na motorce, někdo, že pomáhá... někdo postaví nový dům a má krásnou zahradu... to by pro mě bylo osvobozující... já vím, že někdo myslí, že bych měla být jiná, ale já jiná nebudu, i když se budu vyvíjet... jako spisovatelé a umělci se toho taky nevzdají...</p> <p>N: aha.</p> <p>B: Taky zkušenosti pomohou... pro mě byla Ivona... Lucká inspirující... jak ses ptala na ty vzory... ona je spokojena s tím co dělá... říkala jsem si kolik máme společného, čím si v tom životě jsme podobný... každý má svoji úchylku... a pro ni i pro mě je s terapií spojen osobní život... pro mě je zajímavé někoho takového potkat... mají tři děti a byl nějaký problém, tak jela taxíkem do Motola... ona říkala, že není důležité, kolik máme výcviků, ale co děláme místo toho života... mně to pomohlo, že je to moje část, stejně důležitá jako ta druhá... žít ten život... ta touha a směr, kam to směřuju, abych měla terapii a profesi... vím, že to může být dál... dělat tu práci s tělem, lektorovat... nejen dělat jen tohle a nic jiného, ale nechávám to volně... opravdu mě to baví...</p> <p>N: To je úžasný... a je něco, co ti ještě běželo hlavou, že jsem tě přerušila, že jsi chtěla k tomu tématu říct...</p> <p>B: Terapeut by měl působit klidně... to jak mluví... měl by mít uklidňující hlas, je vyladěný a to pozná podle toho, jak dobře se mu pracuje... to je zajímavý, že mi řekli, že to tak mám, tak v tom mám výhodu... jo a pak taky, jak se mi s kým dobře pracuje, že třeba svěří těžký věci... je to dojem, který se dá využít...</p> <p>Nebo taky když je namasíruju, jako ta žena, co se nechtěla</p>	<p>Uklidňující dojem terapeuta – lze využít</p> <p>Zkušenost s vlastní terapií</p>
--	--

<p>rozvést až když jsem ji namasírovala, tak přestala manžela omlouvat... takže ne všechno, co můžu udělat za mě udělá slovo.</p> <p>N: To je pěkný.</p> <p>B: Ještě poslední věc, že mi pomáhá, že sama chodím na terapii... doplňuje mi to mozaiku i z té další stany... ona je taková mateřská, jak já jsem roztržitá, tak to potřebuju</p> <p>N: Tak to je všechno...</p> <p>B: Děkuju, teda to bylo moc pěkný, moc hezky udělaný.</p>	
--	--

7.5.7 Tomáš

N – Nora

Tom –Tomáš, 28 let

Kde: u Tomáše doma

Kdy: večer

Trvání: 50 minut

<p>N: Tak Tomáši, já, než začneme, bych Ti řekla, co Tě čeká, jo? Takže, je tam první část týkající se spíš údajů, druhá je škála, která měří, jak jsi terapeutem a pak jsou tam Tvé názory na terapeuta a jeho vlastnosti... a nakonec ještě jedna úvaha.</p> <p>Tom: Ok.</p> <p>N: Tak, kolik je Ti let?</p> <p>Tom: 28</p> <p>N: Jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>Tom: Jak dlouho dělám terapii, nech mě chvíli přemýšlet... počkej... co mám počítat do té praxe... já bych to vodhadoval tak na rok.</p> <p>N: A studoval jsi?</p> <p>Tom: Psychologii na fildě... magisterský</p> <p>N: Máš ještě nějaký výcvik, kterej Ti připadá užitečnej pro tu práci?</p> <p>Tom: Dělal jsem TKI... a dva nějaký arte kurzy... jak kratší... a myslím si, že... jo a kurzy k psychologickému koučování... teď jsem k tomu začal výcvik a připadá mi to dost užitečný a blízko... tak asi tak... tech kurzů všechno</p> <p>N: A co děláš?</p> <p>Tom: jsem jako konzultant... můžu používat taky psychoterapii, od našich klientů tam jsou taky klienti... kontext rozvoje... oficiálně nedělám koučink, i když se to rychle mění... Dávám lidem konzultace k výsledkům DC.</p> <p>N: A když ti zadám tu škálu, kde na nule nejsi terapeut a na desítce ano, tak kde bys byl?</p> <p>Tom: A co je na desítce... jo to je ale blbá otázka...vždyť to</p>	<p>Výcviky jako praktické zkušenosti</p> <p>Z hlediska formálního vs. z hlediska práce je jiná pozice</p>
---	---

<p>určuju já... no tak z tohoto pohledu jsem na desítce... terapii dělám, definuji se jako terapeut ... jsem terapeut vůči svým klientům... o stupeň níž bych to posunul z formálního hlediska, nemám na to papír, nemám to hotový... ale z hlediska té práce, kterou dělám, se můžu počítat za terapeuta</p>	
<p>N: A co Tě dostalo na 10? Tom: Na desítku mě dostalo to, že jsem tu práci začal dělat... získal zkušenosti postupem výcviku... že jsem si osvojoval techniky a postupy, že jsem se vžíval do té role... jako když si koupíš nový oblečení nebo boty... musíš si to vyšlapat... je to nový, hezký, zajímavý, ale než je to Tvoje... tak si to musíš vyšlapat... to výcvik umožňuje... pomohlo mě taky, že jsem v rámci výcviku viděl, jak ostatní lidi pracují... jestli tohle je terapie, tak jaký je rozdíl mezi tím, co dělám já a co dělají oni... musím mít pocit, že to dělám, že to dělá dobře... pozitivní feedback od lidí... také lidé jako psychologové, kteří se nedefinují jako terapeuti, ale já jsem viděl, že je rozdíl z hlediska kompetence a vnímání... to mě pomohlo k tomu, že jo... N: hmm. Tom: ještě k posunu úplně k té desítce bych potřeboval, abych tomu věnoval víc času... já mám klienty pravidelný, ale někdy to... někdy na konferenci, abych veřejně mohl říct, že ten výcvik mám hotovej...a mít nějaký pravidelný angažmá... ne hostující terapeut... o tom divadle, když jsme se po cestě sem bavili... (smějeme se) Tom: také, co mě hodně dalo je ten výcvik druhý, kterej je koučování a kde jsem viděl jiný lidi pracovat a řekl jsem si, že mnohé věci o nich vím víc... víc znám... některé věci jsou mi blízké... když lektor řekne systemika a narativní přístup, tak se otočí na mě... jako bych to byl já. N: to je dobrý. Tom:jo. ještě to taky nemám jako hlavní práci... proti tomu člověk, co má deset klientů, čas projít si různými situacemi, co dělat a co nedělat... s žádného klienta jsem neměl projít celý terapeutický proces.</p>	<p>Minulé zdroje: zkušenosti, postupy –zvykání si na roli terapeuta- jako nové boty – je třeba je vyšlapat vidět jiné kolegy, pozitivní zpětná vazba Budoucí zdroje: věnovat tomu více času, pravidelné angažmá ne „hostující“ Klient, aby prošel celý terapeutický proces</p>
<p>N: Aha. Jako mít klienta od začátku do konce... A co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem? Tom: Dělá terapeutem? Že dělá psychoterapii... že umí dělat psychoterapii... ale i současně... pořád to dělá, má s tím zkušenost... dokáže to pojmenovat a oddělit od jiných věcí, co dělá s lidmi... to teď dokážu (usmívá se)</p>	<p>Umí dělat psychoterapii, oddělit psychoterapii od ostatního</p>
<p>N: to je dobře... Myslíš, že se to dá naučit nebo je to vrozený? Tom: myslím, že se to dá z velký míry naučit, myslím, že je</p>	<p>Lze se z části naučit, ale i talent Výcvik, medicína nebo</p>

<p>to i otázka talentu... ně každý se může stát terapeutem... pro někoho je to těžší... tu práci dělat.</p> <p>N: Je pro to nějaké vhodné vzdělání? Kvalifikace?</p> <p>Tom: Vzdělání je psychoterapeutický výcvik... musí to být někdo kdo vystudoval medicínu nebo humanitní směr... myslím, že je to dobrý a přínosný... ale někdo taky měl napřed techniku... hmm... no, takže si myslím, že to, co formuje toho člověka... no před revolucí nic nebylo... ti terapeuti dřív... ti neměli moc výcviky... já si myslím, že jsou to dvě věci... kvalifikace po stránce formální... to jsou ty náležitosti... tam bych ten výcvik dal... musí to být akreditovaný výcvik... ňákej další dotaz?</p>	<p>psychologie Akreditovaný výcvik</p>
<p>N: Myslíš, že je pro to optimální věk?</p> <p>Tom: no, dneska je to aktuální téma (smích)... jak mi tam přišel dneska ten pár... ona i on kolem padesátky... anglicky mluvící... ani mě ta angličtina nevadila... on byl zkušený životem a já si říkal, co mu tak můžu radit... .. no, cítil jsem, že jim to vadí... tak jsem to vnes jako téma... oni mi pak řekli, že jsem moc mladej, že neví, jestli se přede mnou dokážou otevřít... Tak jsme to měli jako téma celého sezení... v čem jim to vadí a tak...</p> <p>N: A cos jim řekl?</p> <p>Tom: Že je to v pořádku, že to plně chápu... že jim rozumím... a doporučil jsem jim svého kolegu.</p> <p>N: A tomu je kolik?</p> <p>Tom: po třicítce...no, takže myslím, že je vhodnější, pokud máš rozumný skupiny klientů, tak mít věk tak přes 30...vlastně i ze zkušenosti jiných lidí mi to připadá, že to takhle je... zároveň je to pragmatické hledisko... skýtá to určité výhody.</p>	<p>Věk po 30</p>
<p>N: Jaké vlastnosti si myslíš, že by měl terapeut mít?</p> <p>Tom: vlastnosti? Čím víc rozumím osobnosti tím si myslím, že můžu míň k tomu něco říct... no to není vlastnost... ale aby měl zájem o lidi... aby byl otevřený různým pohledům na svět a zkušenostem... že by měl mít i charakterový vlastnosti... myslím... po etický stránce by měl být vyzrálý... měl by mít vyjasněný tyhle věci... jo, myslím, že by to měl být člověk, kterej je inteligentní... je tam nějaká hranice... otevřenost a flexibilita je důležitá... různé typy terapeutů, takže míra systematickosti je jedno... jo, člověk, kterej je ochotnej a schopnej se vzdělávat a poznávat nové věci... měl by být normální... no přesně řečeno, duševně zdrav.</p>	<p>Otevřenost zkušenostem, světu Zájem o lidi Intelligence Otevřenost Flexibilita Ochota se vzdělávat</p>
<p>N: Myslíš, že jsou nějaké vlastnosti, které by naopak neměl mít?</p> <p>Tom:jo, myslím, že jo... hodně agresivní člověk, kterého</p>	<p>Agresivita, nemít rád lidi, motivovaný ziskem, nebýt vědec</p>

<p>šťvou lidi... to není vhodný... agresivní lidi se na tu profesi nehodí... pak opak věcí, co jsem říkal předtím... jako neinteligentí... hmm... no... jo a myslím, že to souvisí se systémem hodnot... lidi, kteří jsou motivováni převážně ziskem nejsou vhodnými terapeuty... z hlediska hodnot... no, často je to o něčem jiném... terapeut taky není vědec... no, ačkoliv jsou směry, které to tak mají...</p> <p>N: V jakém smyslu vědec?</p> <p>Tom: Vědec v tom smyslu, že jedině on stanovuje diagnózu a je expert na interpretaci člověka... skutečně důležitá vlastnost je, že umí mluvit... komunikativně zdatný, vybavený... predisponuje to, když umí mluvit, má výhodu a dar... mluvení... bez mluvení to nejde... no někdy jo... (směje se)</p> <p>N: (směje se)</p> <p>Tom: NO, umí mluvit, ale taky umí mlčet... má zvládnutou komunikaci... taky si myslím, že by měl být vyrovnaný sám se sebou... znát své slabé stránky... znát rizika sám sebe... dokáže se reflektovat dobře... dokáže se dívat sám na sebe a svou práci... ale i odstoupit od sebe... ale to říkám, co by měl být.</p> <p>N: To nevadí... Máš nějaký terapeutický vzor? Někdo, komu by ses chtěl v práci podobat?</p> <p>Tom: Vzor (směje se)... eeee... (přemýšlí)... já tak jako... mě se líbí... jak... docela obdivuju práci Milтона Ericksona... ale není to tak, že chci pracovat jako ten člověk... nikdy nemůžu být jako on... ale ten strategický přístup...</p> <p>N: A co Tě na něm inspiruje?</p> <p>Tom: Je to hodně o otevřenosti... vytvořit terapii jako pro něj... pro klienta... ale on umí být extrémně direktivní... krutý... jak říkal té paní, co k němu přišla, že není tlustá, ale ta nejodpornější hora sádla, co kdy viděl... je důležitý vědět, proč dělá to, co dělá... je to důležitý u terapie... víceméně víš, proč říkáš to, co říkáš... Erickson... Erickson ano... věděl to...</p>	<p>umět mluvit, být komunikativně zdatný (umět mluvit i mlčet)</p> <p>vyrovnání se sebou, znát se, reflektovat se</p> <p>vědět proč dělá to, co dělá</p> <p>udělat terapii pro člověka</p>
<p>N: Kdyby proces stávání se terapeuta, který procházíš byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>Tom: Kniha... já si to budu muset rozmyslet... mně to napadne... (přemýšlí)... jo, teď mě napadlo... „Kudy vede cesta?“ Jo, je to takovej impuls, co mě napadlo... mám ještě něco vymýšlet?</p> <p>N: Ne, jestli to pro Tebe je dobrý.</p> <p>Tom: Jo, je.</p> <p>N: A jaký je to žánr?</p> <p>Tom: Je to beletrie... román, který spadá do magického realismu... víš co to je?</p>	<p>„Kudy vede cesta?“</p> <p>Nyní je „To by mohla být ta cesta, kde se dělá terapie.“</p>

<p>N: Podle toho, co tím myslíš?</p> <p>Tom: No, jsou to věci, které se dějou reálně, občas jsou tam prvky, který jsou fantazijní... stane se prostě něco, co do reálného života nespadá... nepatří... něco, co patří do oblasti fantazie... a magičnost... je tam synchronicita Junga... najednou se dějou věci a ty zjišťuješ, že to s tím souvisí...</p> <p>N: Kde v ní jsi?</p> <p>Tom: Kde v ní jsem? No to je dobrá otázka... v jaký kapitole?</p> <p>N: No, pokud tam máš kapitoly, tak jo.</p> <p>Tom: Kapitoly tam mám...Jsem v kapitole, která se jmenuje „Tohle by mohla být ta cesta, kde se dělá terapie“... na začátku bytí terapeutem jsem... pak třeba přijde kapitola „Jak jsem se ztratil“...</p>	
<p>N: Napadá Tě ještě něco, co jsi neřekl, co Ti běželo hlavou, co jsem Tě přerušila?</p> <p>Tom: mmm... teď mě nic nenapadá... spíš jak ses mě ptala, tak mě napadalo, kde jsem... že je to nejasný, že hranice je mizivá, že někdy mám pocit, že jsem o pár kapitol zpět... ono v té knize není daný, kde máš číst... můžeš ji číst jedním i jiným směrem... no bylo to užitečný... a doufám, že i Tobě.</p> <p>N: Bylo... moc zajímavý... Děkuji Ti.</p>	<p>Kniha jde číst různým směrem</p>

7.5.8 Kateřina

N – Nora

Kř – Kateřina, 45 let

Kde: u Kateřiny v práci

Kdy: odpoledne

Trvání: 45 minut

<p>N: Takže, Katko, můžu Ti říct tu strukturu, jo?</p> <p>Kř: Dobrá, udělám čaj a u toho povídej.</p> <p>N: No, tak napřed tam budou fakta o Tobě, co děláš a tak.</p> <p>Kř: Ano.</p> <p>N: Potom taková škála, která měří míru toho, jak jsi terpauet... dál tam bude úvaha a Tvé názory na to a pak ještě takové zamyšlení. Trvá to tak půlhodinky někdy i hodinku.</p> <p>Kř: Noo... zní to zajímavě. Už jsem u Tebe... Tak... můžem</p> <p>N: Takže, kolik je Ti let?</p> <p>Kř: čtyřicet pět.</p> <p>N: A co máš vystudovaný?</p> <p>Kř: Fakulta všeobecného lékařství... terapeutický směr.</p>	<p>Výcviky v homeopatii, systemický přístup, druhý člověk není blázen, četba Wtazlavicka</p>
--	--

<p>N: Jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>Kř: V praxi... já... už od roku 86... dvacet jedna let... v podstatě je to interna... z toho psychoterapeutická praxe tak... nějakých... takových sedm let... sedm let pokusů... (směje se)</p> <p>N: Sedm let pokusů... A máš nějaký výcvik jiný kromě ISZ, který je Ti v práci užitečný?</p> <p>Kř: Mám homeopatický kurz v rámci London School of Homeopaty... pak mám systemický komplexní přístup... na klienta orientovaný... učím se říkat člověku, že není blázen... předtím jsem si myslela, že nejvíc umím, a že druhý je blázen... no, taky jsem si četla Watzlawicka... takže i to studium Watzlawicka...</p>	
<p>N: A když Ti dám tu škálu od nuly do desítky, kdy na nule nejsi terapeut a na desítce ano, tak, kde bys byla?</p> <p>Kř: Dřív jsem byla tak na trojce... v průběhu výcviku jsem se posunula i na dvojku... kles mi ten přístup k terapii... snažila jsem se se skloubit internu a psychoterapii... touhle bláznivou akcí jsem si myslela, že jsem psychoterapeut... někdo se předvádí, ale já prostě vím, že jsem méně psychoterapeut než jsem bývala... chci to víc intenzivnější, hlubší... přibýlo mi sebereflexe... mám to co, jsem dostala a považuji to za úžasné... hlavně VPV a být expert sám na sebe...</p> <p>N: A co Tě posunulo?</p> <p>Kř: Sebereflexe... to strašně pomohlo... také k získání nástrojů... těžce mě to zároveň zakomplexovalo... dostala jsem se do stavu, že vím, že nic nevím... ty nůžky, co jsem měla... ty nůžky terapie a interny... ty se rozevřely... říkám si „co to tady dělám...“ Kontext, ve kterém zrovna jsem je důležitý... provozuju tu nejvíc úžasnou věc... jako je terapie... ale ty moje nůžky jsou rozevřené... já mám další kontexty, ve kterým jsem... ta show, pak obličej na krém Garnier, pro který budu pracovat...</p> <p>N: A co Tě pomůže posunout?</p> <p>Kř: ... já jsme v průběhu výcviku byla chvíli na mínus dvaceti... teď se postupně dostávám na dvojku... úplně se mi změnil koncept terapie... kdo jsem já jako terapeut... co vůbec může terapeut... přestavěl se mi koncept bodů... má původní trojka byla naprosto bludné osvícení... krásné... představa, že to všechno dokážu kvantifikovat... někdy si říkám, že je to šílený, nula, chaos... sama pro sebe, až skončí to blbnutí, začnu znovu, až budu opravdu na 3... mám půl pacientů psychoterapie... teď díky tomu se to ... nebo vinou toho... se to posune... budu mít víc terapeutických pacientů</p>	<p>Sebereflexe</p> <p>Zjištění, co dělá, co může</p> <p>Více terapeutických pacientů</p> <p>Uzavřít nůžky, priorita terapie, méně kontextů</p>

<p>N: Co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>Kř: Za první lidská bytost, za druhé... někdo, kdo je rezonanční plochou klienta... to bych viděla jako ideál... takové wu-wej – činění v nečinění... znovu čtu Pratchetta – Bábu Zlopočasnou... magie je, jak ji nepoužít... vědět co nedělat, to se mi v životě vyplatilo... profesor Jiránek říkal, že člověk má vědět, kdy má odebrat léky a tím se vyhnout dalším 50 příznakům, které to přináší... umět neléčení... křesťanská morálka říká, že nejhorší je dát ruce pryč... nechat jednat boha... je to</p> <p>N: Takže to znamená, že by měl umět nekonat, nečinit?</p> <p>Kř: Je to koncept moudrosti... nechat věcem volný průběh... lékařsky primus non nocere... nebo jako bojovník – když nevíš, co dělat, nedělej nic... také je důležitý trénink... jo, je to má snaha být aktivní při co nejmenším výdeji aktivity...</p> <p>N: A ještě něco?</p> <p>Kř: No... spontaneita v terapii... jak říká Imelda facilitace... přát si zdárný průběh věci... příjemný hlas... když bylo potřeba, tak zasáhla...</p>	<p>Činění v nečinění spontaneita facilitace</p>
<p>N: A jaké vlastnosti by měl mít dobrý terapeut?</p> <p>Kř: Trpělivost, sebeovládání, sebereflexi, schopnost naslouchat, schopnost ptát se, vyjasnit sobě i druhým... vyjadřovací schopnosti, rozpoznat rozdíly... citlivost na změnu vlastních pocitů, na změnu atmosféry... umět si všimnout detailů, maličkostí... jako homeopatie, ta si všimá maličkostí... v maličkostech je rozdíl... všimnout si detailů, rozdílů</p> <p>N: Hmm.</p> <p>Kř: Také schopnost udržet se ve zdravém stavu... jsem čist... ne jen o drogách, ale i vztahy... co nejvíc být, pokud možno v klidu, abych nepřinášel věci... důležitá je tolerance... také znát vlastní hranice a principy... také mít schopnost rozvíjet se a učit se i ze všech zdrojů včetně svých chyb... taky by měl být veselejší... optimistickější... mít vtip.</p> <p>N: A jaké jsou vlastnosti, které by neměl mít?</p> <p>Kř: Jako kontraindikace vidím podezřívavost, vztahovačnost a fanatismus.</p>	<p>Výčet vlastností – velká znalost a promyšlenost</p>
<p>N: Je pro to nějaký optimální věk?</p> <p>Kř: Čím starší, tím lepší... není to ani tak věk... není to věk, ale zralost... může to mít klidně někdo, komu je dvacet... zralost... no, ne dvacet, řekněme, že kolem třiceti... ale mladší než 30 let se si nemyslím. to by musel být rychlejší tvor... kolem třiceti přece nastávají různé životní změny... správně by měl být šaman nemocnej a pak se uzdravit.</p>	<p>Zralost, 30 let Může pomoci i trpělivé dítě</p>

<p>N: Jak to myslíš?</p> <p>Kř: Měl by mít zážitek nezdravosti... sebereflexe nezdravosti... sebereflexe cesty k zdravě... uvědomit si zdraví a práci... takže ne věk, ale zralost... a když věk... tak ne mladší než 30... mně by prostě nikdo, kdo je pod třicet nevyhovoval, ale neříkám, že by to nešlo... možná mám předsudky a pomoci může i dítě... trpělivý pětiletý tolerantní dítě...</p>	
<p>N: Myslíš, že je vhodný nějaký vzdělání... nějaká kvalifikace?</p> <p>Kř: vzdělání, kvalifikace... každý by si měl vybrat svého učitele... ne konkrétní... no fakt... když je to člověk co to umí, rozumí tomu, souhlasí s tím, tak je to správné... když člověk s tím funguje, rozumí tomu, funguje to, tak proč ne... i v psychoterapii jsou stádia, že někdo neví... pochybuje... myslím, že je to individuální u každého... vzhledem, že to může pomáhat relata refero... nikdy ho to na fakultě nenaučí, když sám nechce... na prvním setkání ve výcviku, jsem řekla, že mi jde o papír... to jsem si fakt myslela... ale v průběhu jsem zjistila, jak to funguje a tak jsem si řekla, že je to dobrý... ale já jsem nebyla na jiných školách než u nás...já to nemůžu srovnávat...</p>	<p>Každý si hledá svého učitele To s čím člověk souhlasí</p>
<p>N:Máš nějaký vzor, kterému by ses chtěla podobat?</p> <p>Kř:No bude to znít uměle... ale <i>Ivan</i>, protože má za sebou obrovskou šíři znalostí... je neuvěřitelně citlivej... právě na ten rozdíl... strašně se mi líbí ta jeho... jak bych to řekla... něžnost... schopnost vytvořit bezpečné prostředí... to mě fascinuje... to si myslím, že je možné jen s věkem...</p>	<p>Citlivost, bezpečí, znalosti, něžnost</p>
<p>N: Kdyby ten Tvůj proces stávání se terapeutem byla kniha... jak by se jmenovala?</p> <p>Kř: Kniha... (směje se)... to jak se stávám terapeutem... no to je úplně krásný... (směje se) mně napadly tři věci „Vrací se ke kořenům“... to mě šokovalo... druhý co mě napadlo „Odstraňování bludů“ to je to vědomý... no spojením „Vracení se ke kořenům“... to je krásný... (usmívá se)</p> <p>N: Hmm.</p> <p>Kř: Kdysi dávno, když jsem byla malá... byla jsem trpělivá, uměla jsem naslouchat... zdá se mi, že různí lidé z okolí mě prožívali jako vrbu... kamarádky hlavně... měla jsem i vtip... fakt mě to šokovalo... tak do 10 let... děkuji Ti za tu otázku... nečekala jsem, že se tam dostanu... já jsem si, řekla, že budu studovat medicínu... poslední, co mě napadlo, že budu dělat, byla psychoterapie... děkuji za tuhle otázku...</p> <p>N: Jaký je to žánr?</p> <p>Kř: Jsou to pohádky... dobro zvítězí nad zlem... chudák</p>	<p>„Vracení se ke kořenům“ K tomu, co v dětství pomohlo Hranice mého rozhovoru a terapie...</p>

<p>dojde ke štěstí... kačátko je najednou labuť... to je to, co je v lidech... vyleze... dostane se ze zakletí... tvoje otázky jsou, Noro, úžasný... děkuji</p> <p>N: A kde v té knize jsi?</p> <p>Kř: Skoro na konci... Za tím by měla začít druhá kniha, která, to ještě nevím... až todle ta šou skončí, tak se do toho konečně budu moct pořádně dát... to bude jiná kniha, to nevím ještě...</p> <p>N: Tak děkuji moc... Napadá Tě ještě něco, co bys chtěla říct... co Ti běží hlavou...</p> <p>Kř: Jen, že děkuju moc, že jsem nečekala, že mi to takhle něco přinese... no fakt, to je úžasný a krásný... jak jsi to udělala... jak jsi pomalu a postupně odkrývala ty vrstvy... až jsi se dostala do mě... no děkuju moc. fakt.</p> <p>N: Já Ti děkuju.</p>	
--	--

7.5.9 Zuzka

N – Nora

Zu –Zuzka, 25 let

Kde: hospoda

Kdy: odpoledne

Trvání: 45 minut

<p>N: Já Ti napřed řeknu něco o té struktuře... je to půl hodinky až hodinka většinou... No a je tam taková část s fakty, potom je škála, který měří, jak moc jsi terapeut... pak názory na terapii a pak ještě úvaha. Tak... pustíme se do toho?</p> <p>Zu: Jo, to je jasný.</p> <p>N: Kolik je Ti let?</p> <p>Zu: 25</p> <p>N: A máš vystudovaný co?</p> <p>Zu: Jednooborovou psychologii na fildě.</p> <p>N: Jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>Zu: Já Ti nevím... tak od začátku čtvrtáku... já jsem studovala dýl... no tak jsem tak 3 a půl roku... Jak tu praxi vnímáš?</p> <p>N: Jak myslíš Ty.</p> <p>Zu: Pokud terapeutickou, tak 2 roky od výcviku.</p> <p>N: Co je ještě za výcviky nebo školení pro Tebe užitečný pro práci kromě výcviku?</p> <p>Zu: Pro terapeutickou práci? To nevím... já spíš mám ty, co se týče atestační přípravy... takže...</p> <p>N: A který jiný výcviky?</p> <p>Zu: Ten náš je neužitečnější, když si vzpomenu na ty ostatní</p>	<p>Nejužitečnější je ISZ výcvik Praxi vnímá jako terapeutickou a neterapeutickou</p>
---	--

<p>hry (smích)</p> <p>N: A kde teď pracuješ?</p> <p>Zu: V psychiatrické léčebně XXX v přípravě pro klinickou atestaci.</p>	
<p>N: A když bych ti dala teď tu škálu od nuly do desítky... tak kde bys byla teď?</p> <p>Zu: No, u mě to stagnuje v závislosti na klientech... já teď dva až tři měsíce nemám klienty, takže mám pocit, že to stagnuje... nedokážu to říct... nula je nejmíň a desítka nejvíc?</p> <p>N: Jo.</p> <p>Zu: Tak jsem na 4-5.</p> <p>N: A co Tě na 4-5 dostalo?</p> <p>Zu: Hodně mě tam dostal výcvik... třeba ty věci, o kterých se bavím s klienty, ujasňovat si to... a ty techniky... samozřejmě... taky ten systém víry... ten výcvik je základ... jdeš do toho vztahu tak, že máš představu, víru, že by to tak mělo být... učíš se co a jak... že se neplácám jako... vzpomínám si na konzultace bez výcviku... to bylo vaření z vody... linie kam směřovat a z čeho čerpat... to mi výcvik dává... mám čeho se chytit... mám záchytné body... že se jen tak neplácáš... netopíš... drží tě to v nějaké linii... jde o to, že díky výcviku mám pocit, že vím, co dělat a kam směřovat...</p>	<p>Výcvik dal záchytní body, směřování... zdroj, ze kterého lze čerpat</p>
<p>N: A kdy se cítíš být terapeutem?</p> <p>Zu: I mimo sezení... v sezení se snažím být terapeutem... jak si to definuju... terapeut je jako profese... tady a teď... ale jsem i třeba ve vztahu s kamarádkou jako terapeut... pokud je to identifikace s tím povoláním, to mám pocit, že identifikovaná jsem... vědět, co obnáší ty věci, kladení otázek a tak...</p> <p>N: Co by Tě posunulo?</p> <p>Zu: Pomohlo by určitě víc těch klientů... každý klient přinese něco, něco se naučíš... otázky, které si řeším v průběhu terapie... vodítka, na co se zeptat, co s kým probrat... taky životní zkušenost obecně mě posune... od života očekávám, že mě životní zkušenost naučí chápat věci, které jsem nechápala... nějaká událost se stane, budu vidět věci z jiného úhlu... najednou je pochopíš, ale jinak než předtím... ale skutečně pochopíš, propojí se</p>	<p>Identifikace s povoláním, osvojení dovedností</p> <p>Práce s klienty, každý něco přinese</p> <p>Životní zkušenosti a pochopení</p>
<p>N: Co dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>Zu: Co dělá terapeuta terapeutem? já přemýšlím... první představa terapeuta je v té otevřenosti možnostem... v té nerigidnosti možností ... aa... eee... možná vnitřní zralosti</p> <p>N: Hmm...</p> <p>Zu: Taky, že je jako osoba schopen respektovat druhého...</p>	<p>Otevřenost možnostem</p> <p>Vnitřní zralost</p> <p>Vnitřní stabilita</p>

<p>že nemusí mít ve všem pravdu... vnitřní vyrovnanost... uvolněnost... vnitřní stabilita... to si myslí, že je moje představa...</p> <p>N: Takže nějaká stabilita...</p> <p>Zu: Taky otevřenost a vědomí toho, že to tak nemusí být... pokora v práci ať už je to systemik nebo gestaltik...</p>	
<p>N: Myslíš, že je to vrozené nebo se to dá naučit?</p> <p>Zu: myslím, že se to dá naučit... vrozený to není... může to otevřít výcvik... můžeš si na to přijít... zkušenostma... můžeš si na to přijít... nejsou to nutně vrozené věci</p>	Lze se naučit
<p>N: Je pro to potřeba nějaký konkrétní vzdělání nebo kvalifikace?</p> <p>Zu: Nevím, zda vzdělání... ne s osobností, ale s vnitřním nastavením... myslím tím vzdělání ze života... a vzdělání, které mi něco přináší v hovoru... ne, myslím, že je to ze života víc</p>	Není konkrétní vzdělání, ale život
<p>N: Je nějaký optimální věk?</p> <p>Zu: Myslím, že to nejde omezit na věk... někdy terapeut, kterému je 25 let, k tomu bych šla, ten, který má 25 let praxi a k tomu bych nešla... je to o osobnostech, jak se střetneme ve věcech... není ideální věk... některým klientům vyhovuje mladší, některým starší... není to doslova ideální... ale u starších předpokládám zkušenost... ale to je asi jen předsudek, jak jsem si několikrát ověřila</p>	Není optimální věk
<p>N: Jaké by měl mít terapeut vlastnosti?</p> <p>Zu: mmm... vlastnosti... já můžu říct, co je důležité pro mě... ta otevřenost, tolerance, schopnost tolerovat jiný názor... taky je důležitý, aby mi ten člověk seděl... ale ne úplně... no aby se mnou vnitřně korespondoval... taky by hrál roli jeho směr... takovýho bych chtěla mít terapeuta jako osoba, která jde na terapii.</p>	Jako osoba, která jde na terapii – vlastnosti terapeuta pro ni
<p>N: Hmm... A jaké by naopak neměl mít.</p> <p>Zu: Co by mě vadilo, bylo by přílišná direktivnost... přesvědčování o tom, jak to je... neschopnost vést dialog... je to tak a tak a nejede přes to vlak... že by mě přesvědčoval, že jsem deviantní. Mně třeba v MMPI vyšlo, že jsem sexuálně deviantní... to je pak těžký... taky kdyby mě nutil do něčeho... co mám dělat jinak... to je tak a tak... mělo by to platit pro všechny... to by mi vadilo... také přílišná pevná přesvědčení o sobě a vážné psychologické interpretace o mně a mé skutečnosti a situaci...</p>	Co by ji jako klientovi vadilo
<p>N: Máš nějaký terapeutický vzor, někdo, komu by ses chtěla podobat?</p> <p>Zu: Nevím, jestli mám konkrétní vzor... jako jeden... u každého se mi něco líbí... asi více věcí... ten způsob, jako třeba <i>Ivan</i>, jak mluví s lidma... taky jak to <i>Zdeněk</i> minule</p>	Nemá vzor

vedl, jak se úžasne ptal... ne konkrétní způsob, ne techniky, ale jací jsou... nemám asi úplný vzor... to ne (přemýšlí)	
<p>N: Dobře. A poslední otázka, kdyby se Tvůj proces stáváním terapeutem... kdyby to byla kniha... jak by se jmenovala?</p> <p>Zu: „Utrpení mladého Werthera“ (smích)... to je dobrá otázka (přemýšlí)... napadají mě samý blbý názvy... už existující to musí být?</p> <p>N: Nemusí, můžeš i vymyslet.</p> <p>Zu: tak je to „Horolezec“... je tam obrázek, jak leze po skále.</p> <p>N: A jaký je to žánr?</p> <p>Zu: Myslím, že tragikomedie... (směje se) On nestoupá stejným tempem... no, je to možná komedie... ne, je to hořká komedie... jak se to říká, když je to drama i komedie... ne hořká... to je negativní konotace... tak je to drama s komickými prvky nebo komedie s dramatickými prvky...</p> <p>N: Dobrá... a kde v ní jsi?</p> <p>Zu: Jsem na začátku první čtvrtiny... ne možná ani to ne... ona se teprve začíná psát... a to doufám, že bude tlustá.</p> <p>N: Tak Ti moc děkuji... Je ještě něco, co Tě napadá, co bys chtěla říct? Co Ti běží hlavou?</p> <p>Zu: Ne, asi ne. Bylo to fajn. Já jsem se pobavila u té knihy... myslím, že je to výstižný, lezu nahoru... tak díky.</p> <p>N: díky taky moc.</p> <p>Zu: Bylo to fajn.</p>	Horolezec, Pohyb nahoru, na začátku

7.5.10 Vráťa

N – Nora

Vr–Vráťa, 50 let

Kde: hospoda

Kdy: odpoledne

Trvání: 50 minut

<p>N: Tak, já bych ti napřed vysvětlila, jak to vypadá a pak bychom se do toho dali, jo?</p> <p>Vr: Ano.</p> <p>N: Trvá to asi půl hodiny až hodinu. Skládá se to ze čtyř částí... první je fakta o tobě... druhá škála, která měří, jak jsi terapeut, třetí je o tvých názorech a další je taková úvaha.</p> <p>Vr: Ano.</p> <p>N: Takže, kolik je Ti let?</p> <p>Vr: Je mi padesát.</p> <p>N: Jaké máš vzdělání?</p>	Praxe až s výcvikem. Pomohl pro skupinové vedení psychosociální výcvik
--	---

<p>Vr: Nejvyšší dosažené je PhD. vědecká výchova v oboru psychologie, pak Mgr. na vojenské akademii a postgraduál na aplikované sociální psychologii</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>Vr: Ježíš... to je hrozně dlouho... od roku 1986... po ukončení vědecké výchovy, to jsem fungoval jako VŠ učitel... postupně jsem začal s výcvikem... předtím to bylo psychologické poradenství... spíš než terapie...</p> <p>N: Máš nějaké jiné výcviky a školení, které by ti v praxi pomáhaly?</p> <p>Vr: jiné výcviky? Asi ten sociálně psychologický výcvik je důležitý pro práci se skupinou jednoznačně... jinak psychoterapeutické výcviky nemám kromě systemiky, kterou děláme spolu.</p>	
<p>N: Když bych ti dala tu škálu.kde by na nule bylo, že nejsi terapeut a na desítce, že ano... kde bys byl teď?</p> <p>Vr: Já bych si dal 4 nebo 5... mám klienty jednou až dvakrát za měsíc... potřeboval bych více praktických zkušeností, když do toho člověk spadne sám.</p> <p>N: A co Tě posunulo?</p> <p>Vr: Co mě tam dostalo? Ten výcvik samotný... to je velký posun...<i>regionálky</i>, setkání s řadou lidí... to je asi... na prvním místě... tou rychlostí, co mě to posunulo, zatím je to neskutečné... ale potřeboval bych víc...</p> <p>N: A co by Tě posunulo?</p> <p>Vr: K posunutí bych potřeboval dělat víc tu práci... něco dělám, co mi vydělává peníze... tu terapii dělám tak navíc... Mám zkušenosti a nápady... ale zatím tomu věnuji jen 15% pracovní kapacity</p>	<p>Regionálky, setkání s lidmi Posunulo by víc praxe Dělá něco, co vydělává peníze, terapie je vedlejší (15%)</p>
<p>N: A kdy se cítíš být terapeutem?</p> <p>Vr: Cítím se být terapeutem s klienty... kteří mě osloví na doporučení... to je nejvýraznější zdroj klientů... stávající pracovní doba je zaměřena na vzdělávání... otevření se... napojení a mám základní pocit důvěry, že přijdou... že mě znají</p> <p>N: Aha, to je dobře.</p> <p>Vr: Já mám takový plán do budoucnosti... daleké... že bych si chtěl otevřít vlastní praxi... svoji vlastní praxi... zatím jsem začal s těmi živnostáky na 2 roky a pak zase ... teď bych chtěl nasbírat zkušenosti a otevřít si praxi... a pak bych to chtěl rozšířit...</p>	<p>Důvěra a bezpečí klientů Jméno Plán praxe</p>
<p>N: To je dobrý plán... A co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>Vr: To je podobná otázka... já můžu vyjmenovat kodex vlastností... myslím, že není zcela úplný, ale... z formálního hlediska by měl absolvovat nějaký výcvik,</p>	<p>Výcvik, sebezkušenost, poslání, umění víc než řemeslo Lidskost, nadhled Ne manipulace</p>

<p>sebezkušenost... kontakt s kolegy... po formální stránce... ale to samotné terapeuta nedělá... je to v motivaci... v osobním přesvědčení... že může a chce pomáhat a ví, proč to dělá... beru to nejen jako povolání, ale i poslání... zároveň si myslím že psychoterapie, i když je tam řada technik a metod, je uměním... je o trošku víc uměním, než řemeslo a osvojení si technik a postupů... je to v tom člověku, že něco chce dělat a myslí si, že může být užitečný svému okolí</p> <p>N: A jaké vlastnosti by měl terapeut mít?</p> <p>Vr: Měl by mít pozitivní vztah k lidem, nadhled, pozitivní naladění, zaměření na zdroje... uvědomit si, proč chce dělat psychoterapii... já jsem nikdy v psychodiagnostice nenašel to co jsem chtěl... nejde o hledání slabých stránek, nedostatků... vždy chci hledat zdroje... to mě uspokojovalo... ne diagnostika... není to zkouška, ale situace spolupráce... je to cesta z reálných lidí... je to cesta, která je pro mě založena na osobnostním založení... to je nevystižitelné</p> <p>N: A jaké by naopak neměl mít?</p> <p>Vr: Myslím, že lidskost, to je důležitá vlastnost, ne být chladný profesionál, který má znalosti, formální, který se tak staví, ale měl by mít dobrý vztah k lidem... ale myslím, že vyloženě vlastnost v přímém rozporu... možná manipulace... snaha manipulovat a zneužívat svého postavení k dosažení vlastních cílů...</p>	
<p>N: Je pro to nějaký optimální věk?</p> <p>Vr: já musím říct, že příliš mladí ... že jsou obecně přijímání spíše starší... lidé spíše takového člověka vyhledávají... ale to je jen předpoklad...obecně lidé přijímají starší... ale to je výklad... můj kolega v sedmdesáti je aktivní, charismatický... takový bych chtěl být (usmívá se)... je v tom rozdíl... nad tím jsem se mnohokrát zamýšlel... věk může roli sehrávat... ochota lidí se svěřit... mladý by si měl najít důvěru a reflektovat to, co je schopen poskytovat... může říct, že má vzdělání a zkušenosti a nebo poslat k někomu druhému, kdo je starší... může ale také být užitečný zase jinak...</p>	
<p>N: Myslíš, že je nějaká vhodná kvalifikace? Vzdělání? Pro tuhle práci?</p> <p>Vr: Vzdělání? Obecně si myslím, že je rozhodující motivace... i když by to byl člověk s technickým vzděláním a zjistil by, že to chce a umí dělat... to vyloučené není... optimální je společenskovědní charakter... psychologie je nejbližší... ale hlavně ochota na sobě pracovat, motivace... schopnost se sebou něco dělat... může být vysokoškolák</p>	<p>Motivace, ochota na sobě pracovat</p> <p>Optimální je psychologie, humanitní vědy</p>

<p>nebo středoškolák, na tom nezáleží... myslím, že kvalitní terapii může dělat i středoškolák... o tom jsme se dnes bavili...</p>	
<p>N: Máš nějaký vzor? Někdo, komu by ses chtěl v práci podobat?</p> <p>Vr: no, mám ve svém okolí lidi, kteří mě inspirovali... já to spíš beru tak, že jsem je potkal a naučil se myslet... systemicky... je dobré ale překročit ten rámec a být sám sebou...není to ale jeden vzor, mám lidi ve svém okolí, vážím si jich... jak lidi z výcviku, tak i ten kolega... sedmdesátiletý... je to těžké, ale když chci být dobrý, musím být sám sebou... ne slepě napodobovat vzor... ale vzít si inspiraci v čem jsou úspěšní a dobří a dát tomu novou vlastní podobu... to je to hledání... to bych na té škále byl ne na 5, ale na 7 nebo na 8 (směje se)</p>	<p>Být sám sebou a překročit rámec vzorů</p>
<p>N: (směje se) Kdyby ten proces, kdy se stáváš terapeutem, byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>Vr: Kniha... ježišmarija... a budeš pak chtít vědět kapitoly?</p> <p>N: (směje se) až potom (smějeme se)</p> <p>Vr: jak se stávám psychoterapeutem? (přemýšlí) Je to „Návrat ke zdrojům“... je pro mě ten směr... to poslání... je mi osobně nejbližší... nejvíc mě uspokojuje... byl jsem učitel ve školství, v komerční sféře manažer... každá mě uspokojovala, ale po čase jsem si pak řekl... že to není ono... to mi nesedí... tak jsem mohl dělat cokoliv jiného... ale teď je to návrat ke zdrojům... souvisí to s tím, že jsem měl vzdělání hudební... moje střední škola byla konzervatoř</p> <p>N: Aha, to jsem nevěděla...</p> <p>Vr: Zajímám se o muzikoterapii... není to návrat v kruhu, ale ve spirále... je to návrat ke zdrojům, ale už vím, to co jsem zažil... jsou to zdroje, předpoklady... předtím mi tam něco chybělo... snažil jsem se, ale nebylo to ono... nebylo to trvalé...</p> <p>N: A jaký má žánr?</p> <p>Vr: Žánr té knihy? odborná literatura to není... to asi ne... já bych to spíš bral jako životopisný román... beletrie ale i fakta...</p> <p>N: A kde v ní jsi?</p> <p>Vr: Řekl bych, že na začátku poslední třetiny... že jsem něčím prošel a teď vlastně začínám poslední třetinu... tato část je nová... těžko říct jestli poslední kapitola... mění se to s životním stylem, pracovním nasazením... s větším podílem terapie... psychoterapie... je to stejný název, jako té knihy... je to jakoby Návrat... návrat ke zdrojům... začíná něco nového, ale ji mi to i v něčem hodně blízké... že už jsem tam na začátku jakoby stál... ale neměl jsem, co</p>	<p>Návrat ke zdrojům Ve spirále Hudba Osobní spokojenost Užitečnost Práce na důchod</p>

<p>mám teď... byl jsem limitován i vnějšími okolnostmi...</p> <p>N: Aha.</p> <p>Vr: V té poslední kapitole, v té třetí třetině, jak jsem o ni mluvil... tak... ee... mým cílem je větší životní spokojenost... větší užitečnost a smysluplnost toho, co dělám... a taky věci, které nejsou závislé na věku, i když jsem v důchodovém věku... když v něm budu, tak se budu věnovat psychoterapii... je to něco, v čem mohu pokračovat pokud to půjde... hlavně pocit osobní užitečnosti, prospěšnosti... osobní spokojenosti</p>	
<p>N: Tak Ti moc děkuji, to zní krásně... je ještě něco, co Tě napadlo, co bys chtěl říct, co ti běželo hlavou...</p> <p>Vr: Vy teprv začínáte... máte s tím spojené i existenční záležitosti... to mám vyřešené... mám cíl spokojeného života a můžu si dovolit ten luxus toho návratu... nemusím se tolik ohlížet na existenční záležitosti... luxus návratu a rozvzpomínání na to, kde se cítím nejlépe...</p> <p>N: Děkuji moc, je to krásné a přeju Ti ať to vyjde.</p> <p>Vr: Děkuji, já tobě také.</p>	<p>Nejsou existenční problémy – luxus návratu</p>

7.6 PŘÍLOHA 6 - ROZHOVORY UT 04

7.6.1 Emilka

N – Nora

E–Emilka, 23 let

Kde: v práci u Emilky

Kdy: dopoledne

Trvání: 45 minut

<p>N: Tak já jsem chtěla začít tím, že Ti řeknu, z čeho se rozhovor skládá, co Tě bude čekat.</p> <p>E: A jak dlouho to trvá?</p> <p>N: Půl hodiny až hodinu.</p> <p>E: Já abych věděla, takže je to podle plánu...</p> <p>N: První část jsou fakta, potom je škála, kde se cítíš jako terapeut... A pak bude úvaha... takové spíš Tvé názory o tom... a nakonec ještě zamyšlení, jo?</p> <p>E: dobrá.</p> <p>N: Tak, kolik je Ti let?</p> <p>E: 23 let</p> <p>N: Jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>E: od čtrnácti let jsem v pomáhající profesi.</p> <p>N: A jak dlouho v terapeutické?</p> <p>E: 2 a půl roku... tady v XXX.</p> <p>N: A ve výcviku jsi...</p> <p>E: v listopadu je konec... UT 2004</p> <p>N: A máš nějaké jiné výcviky, které jsou pro Tebe užitečné v praxi?</p> <p>E: Mám krizovou intervenci, prvky z toho používám tady... to bylo 100 hodin... pak peer programy... skupinově dynamické... tam jsem se naučila dělat motivační rozhovory... když mi bylo 16 let... To je asi tak všechno, hlavně teď výcvik.</p> <p>N: A co studuješ?</p> <p>E: Psychologii a speciální pedagogiku ve třetáku.</p>	<p>Dlouhá praxe</p> <p>Pomohly praktické výcviky</p>
<p>N: Když bych Ti teď zadala tu škálu od nuly, kde nejsi terapeut, do desítky... tak, kde bys byla?</p> <p>E: Tak na pětce... od nuly do pětky...</p> <p>N: A co tě na ni dostalo?</p> <p>E: Počet klientů, co jsem měla a sebezkušenost... a taky aplikace... vždyť pracuju už tak dlouho...</p> <p>N: A co by Tě posunulo dál?</p> <p>E: Kdybych měla víc času... mám tady na starost spousta projektů... potřebovala bych se zaměřit na terapii, mít na to tady čas... prostor mám... aby to bylo cílené a</p>	<p>Klienti a praxe</p> <p>Potřeb času na terapii</p>

strukturované a ne jen aktuální a krátkodobé věci... prostě takovej čas, klid, pohoda... určitě ... aaaa... (přemýšlí)... víc klientů	
<p>N: A kdy si připadáš nejvíc terapeutem?</p> <p>E: Nejvíc... to nevím... nemám ještě výcvik dodělaný... vím kdy jsem... teď třeba ne... vím, že když mluvím s kamarádkou, tak taky ne... nejvíc asi v momentě, když mám s klientem stanovený na čem bychom spolu pracovali... když jsme spolu ve vymezeném prostoru... v zázemí... v instituci... mám kompetence...</p> <p>N: co dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>E: vymezení, jak jsem říkala... určení toho, co že je terapeut</p>	Terapeutem ve vymezení a kompetencích
<p>N:Máš nějaký vzor? Někomu, komu by ses chtěla podobat?</p> <p>E:těch je víc... u každého se mi něco líbí... lidi, který znám osobně, že se s nima mohu setkat... hodně mám ráda <i>Ivana</i>... v něčem jo, v něčem zase ne...</p> <p>N: A v čem?</p> <p>E: Mně se líbí... je to těžko popsatelný...jeho klid... upřímnost... a... eee... možná přirozenost... ne jen techniky, který užívá, ale že je přirozený... taky dr.Macáková, že si jí vážím...v něčem zase... není to tak, že je to vzor... jde to těžko popsat... ale jo... dejme tomu, že je to vzor... chtěla bych dosáhnou takovýho klidu... takové jistoty...jo, jistota to je... jistota v tom, co dělaj... jak to chtějí dělat... dokážou... že ví, proč to dělají... všichni mají určitým způsobem jistotu... každý jiným způsobem... jako klienta mě to ale štvě, když je moc jistý terapeut, takže záleží, kde v tom jsem...</p>	Pohled zda je klient nebo terapeut jistota
<p>N: Je to vrozený nebo se to dá naučit?</p> <p>E: Ani jedno z toho... je to kombinace obou... nedá se to takhle říct... jedno bez druhého může být, ale není to správně... musí být přítomný obě části...</p> <p>N: Je pro to nějaký optimální věk?</p> <p>E: je taky důležitý pro práci s jakou skupinou... doprovázení je také může mít prvky psychoterapie... také záleží, co je to za člověka, co zažil... jaký má zkušenosti... spíš než s věkem... záleží na míře a na tom, jaký je to klient... nemyslím, že by 50 letý vězeň přišel za mladičkou holčkou a svěřil se... ale záleží... záleží v jakém kontextu... pod jakou supervizi, jak je sám otevřenější... a... myslím, že to souvisí... souvisí s množstvím praxe... třeba, když je někomu dvacet a pět let pracuje a někomu padesát a pracuje půl roku jako terapeut</p>	I vrozené i naučené Věk je individuální dle terapeuta a dle klienta, dle množství praxe
<p>N: Je potřeba nějaké vzdělání? Kvalifikace?</p> <p>E: Je potřeba akademický vzdělání?... .no, zase bych odpověděla, že záleží jaká cílová skupina, jaký kontext,</p>	Ochota se vzdělávat v humanitní oblasti, zdokonalovat se

<p>jakou psychoterapeutickou školu má... co má za výcviky... taky, když studuje, tak do jaké míry se sám angažuje... bere si z toho něco... může se flákat, nic nedělat... mít jen titul... já to mám na katedře dobrý, umím francouzsky... a pořád tam dávám to vězenství... já jsem člověk, kterej si raději přečte o jedné věci víc, než o více málo... stejně dělám to, co mě zajímá a z toho ostatního si moc neberu... mám pocit, že to, co mě nezajímá, mě zajímat nebude, dovidám se o tom jen povrchově... spíš je to odpovědnost konkrétního člověka se vzdělávat... neustále právě v humanitní oblasti</p> <p>N: A co by tam mělo být?</p> <p>E: Určitá dávka psychologie, filosofie... pokud to člověk sám cítí a dělá... tak by to mělo být... nějaké školy... psychoterapeutické směry mají i teoretické vzdělání... v literatuře je toho spousta, psychologové nemají patent na psychoterapii, i když k ní mají nejbliž... studium není vůbec spojený s lidma a už vůbec ne s psychoterapií...</p>	<p>Studium není spojené s lidmi Psychologové nemají na terapii patent</p>
<p>N: Jaké by měl mít terapeut vlastnosti?</p> <p>E: kreativní (směje se)... trpělivost... eee... tolerantní... do jisté míry... pak jsou takový jako bejt milej... snažit se příjemný vystupování... jako opak arogance... umět se ovládat...</p> <p>N: A jaké by mít neměl?</p> <p>E: Špatný je ta arogance... nevím jak to pojmenovat... ale když neumí druhého poslouchat... neposlouchá, co klient chce... je zahleděnej na sebe a na svůj pohled... prosazování toho svého místo toho klientova... každěj by si měl nechat své názory a ne to tam cpát... uměl by přistoupit na dialog nad tím... ne to tam cpát</p>	<p>Vlastnosti a nežádané vlastnosti</p>
<p>N: Kdyby stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>E: Jak by se jmenovala... já vím, že je to moje... tak by se jmenovala (přemýšlí)... "Jak jsem se učila trpělivosti a milovala svoje klienty"</p> <p>N: Jaký je to žánr?</p> <p>E: Myslím, že je to humoreska...určitě by to byl román (směje se)... a druhěj díl by byl jinej.,jmenoval by se jinak... nevím jak</p> <p>N: A kde jsi teď?</p> <p>E: Jak se něco stane... pak je rozuzlení toho příběhu... jsem po rozuzlení... něco se stalo a teď co s tím...a pak tam bude třeba „Balíme mrtvolu a voláme pohřebáky“ (směje se) Pak se zjistí co dál...</p> <p>N: Aha. A napadá Tě ještě něco, co jsi nezmínila, co bys mi ráda řekla?</p>	<p>"Jak jsem se učila trpělivosti a milovala svoje klienty" rozuzlení čeká důležitý je trojúhelník terapie- výcvik-individuál</p>

<p>E: Napadá mě ještě, jak hrozně je zajímavá paralela, když dělám s klienty, když dělám výcvik a když jsem v individuálu... je to zajímavý trojúhelník, zajímavý vývoj... co mi chybí, je sebezkušenost dlouhodobá... nedošlo ještě k tomu... je to důležitá součást mé terapeutické práce... zatím jsem tam nedošla... je to zkušenost, ten výcvik... práce s klienty... a že jsem v terapii... je důležité, jak vnímám sebe v terapii, jak s nimi pracuji, je to stále důležitější... taky to tam patří... doplňuje to tu mozaiku</p> <p>N: Tak Ti děkuji moc, i mně to doplnilo mozaiku.</p> <p>E: prosím, rádo se stalo.</p>	
---	--

7.6.2 David

N – Nora

D- David, 27 let

Kde: u Davida v práci

Kdy: večer

Trvání: 50 minut

<p>N: Tak já na Tebe mám pár otázek.</p> <p>D: On Dan mi už něco říkal.</p> <p>N: Aha. (směje se). Tak to už víš.</p> <p>D: No, i Emilka říkala... (smích)</p> <p>N: A co říkali?</p> <p>D: Že tam bude škála... a jinak nevím...</p> <p>N: Tak škála tam bude, ale napřed bude něco o tobě, taková fakta... pak škála... a pak Tvé úvahy o terapeutovi a té práci a pak taková ještě jedna... jedno zamyšlení...</p> <p>D: Ano. Potřebuji k tomu něco na psaní? nebo tabuli?</p> <p>N: Ne, nemusíš, já se budu ptát.</p> <p>D: Ok.</p> <p>N: Takže, kolik je Ti let?</p> <p>D: 27 let</p> <p>N: A co jsi vystudoval?</p> <p>D: Jednooborovou psychologii...</p> <p>N: A jsi ve výcviku</p> <p>D: jako Emilka a Martina...</p> <p>N: Máš ještě nějaký jiný výcvik... nebo školení, která je ti užitečná...</p> <p>D: No TKI 100 hodin... to je první zkušenost konkrétní s prací s lidma... skoro s terapií... nějaké návody jak pracovat s lidma... byl jsem půl roku na lince, ale nebavilo mě to... bylo to jednostranný a vůbec ten přístup mi nebyl vlastní... nevidím v tom užitek... a byl tam ten tlak, časovej tlak...</p>	<p>Předchozí zkušenosti, ale moc neužívá... nyní terapii začal a teď to jde</p>
---	---

<p>N: A ještě něco?</p> <p>D: Ostrov rodiny... ale nikdy jsem to prakticky nepoužil... fakticky jsem to nedělal... ale byl to impuls pro kontakt se systemikou... práci s rodinou, ne jedincem... ale jinak nic</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>D: No praxi dělám tady... tady v těch křeslech... vždycky po práci... vždy po práci... teď mám jeden den v týdnu, tak mám na tu terapii prostor... dlouho jsem neměl klienty... potřeboval jsem si vystrukturovat myšlení a zodpovědět pár otázek... říkal jsem si, že to nejde... pak to stačilo a šlo to... mám pocit, že mě ta zkušenost chybí, že jsem dozrál ve výcviku... ten kontakt byl docela silnej... teď to dělám 5 měsíců...</p>	
<p>N: Když bych Ti teď zadala tu škálu, na nule je, že nejsi terapeut a na desítce, že jsi.</p> <p>D: Teď jsem na 5 až 6... ne zatím na 5...</p> <p>N: A co Tě tam dostalo?</p> <p>D: Zkušenosti z dřív... nebo na výcviku... <i>velké praktikování, VPV</i>, že mi to tam šlo... taky práce, kterou dělám, mě posunula... a taky klienti, že chodí znovu... pozitivní zpětná vazba, že to k něčemu je...</p> <p>N: Co by pomohlo dál?</p> <p>D: Víc praxe... ne do počtu hodin... ale do počtu klientů... s každým je to trochu jiný... najde se způsob, že to funguje... že přijdou noví klienti... vyjednávání zakázky je pro mě i zábavnější, než když už je to zajetý... to mě víc baví než dlouhodobější... musím víc makat... chci ten čas využít a vždycky se najde téma... dlouhodobější už víme téma... donáším si to do supervize... přemýšlím, co by mě ještě posunulo dál... no 5 mám tak za sebe a 6, že lidi choděj dál... takže spokojenost 6 a jak se cítím terapeutem 5... více klientů a pomohlo by mi, kdybych to nedělal na koleni</p> <p>N: Co to znamená?</p> <p>D: Že budu mít papíry, výcvik... teď mám instituci... prostě to dělám ve volném čase a chtěl bych to dělat jako prioritní... možná že v tom žádný rozdíl pro klienty nebude...</p>	<p>Přínos výcvik</p> <p>Nutnost více klientů, ne na koleni</p>
<p>N: Co dělá psychoterapeuta psychoterapeutem? V čem je jeho kouzlo?</p> <p>D: Já myslím, že konkrétně u mě to bylo, že se tak označím... já jsem říkal, že „mám klienty“, „dělám terapii“ „jsem ve výcviku“... jednou jsem přišel z výcviku a udělal si inzerát... a lidi tomu rozumí víc, je to pro ně pochopitelnější... u mně nastala změna, když jsem se tak začal označovat... řešíme problémy a témata... možná je to</p>	<p>Označení se jako terapeut – začátek vnímání se jako terapeut</p>

<p>v mé hlavě a já to napsal... je to mou myšlenkou... když jsem si uvědomil že chodí klienti a pomáhá jim to... říkají nám, že klienti vydrží všechno, ale já mám problém, když to kolegové dělají špatně... já bych se pod to úplně nepodepsal... v práci mi to nepomáhá... když třeba říkám, že nejde něco posoudit objektivně</p>	
<p>N:Dá se to naučit? Nebo je to vrozené? D: souvisí to s tím, co jsem říkal... lidi, do jsou dobrý... mají cit a talent a funguje jim to... dojdou k výsledku... jsou lidi, co mají svůj styl, ale nemají kontakt s klientem a jsou tam sami za sebe... výcvik určitě pomůže, dá nástroje... i ta filosofie je supr, i když jsem si napřed říkal, co to sem taháte... já si myslím, že výcvik dá inspiraci, dá na výběr... záleží výcvik od výcviku... lidé, který to využítou, nástroje, čas a je to na tobě, si to přebrat...</p>	<p>Výcvik je vhodný, ale každý si to přebere po svém</p>
<p>N: Je pro to vhodný nějaký věk? D: není... já mám dva kolegy z výcviku... nebudu to blíž popisovat, ale... před dvěma roky bych řekl, čím starší, tím lepší... ale teď si myslím, že je to jedno... N: Je vhodná nějaká kvalifikace? Vzdělání? D: Není třeba konkrétní... je to o talentu... a konkrétní věci, který si každý vybere... je důležitý asi mít psychologický věci a taky psychopatologie je užitečná ji znát... prostě humanitní směr, kde tohleto ta škola má</p>	<p>Věk není důležitý Škola humanitní s psychologií a psychopatologií</p>
<p>N: Jaké vlastnosti by měl mít terapeut? D: mít rád lidi, sebereflexe a sebenáhled s tím spojený... pak by měl mít schopnost empatie a naslouchání a vlastně důležitý je mít rád lidi... naslouchání se dá naučit... taky příjemná zvědavost nebo zvědavost, chuť měnit se, dělat něco jinak... to souvisí se sebereflexí... když dělám něco blbě, tak to musím dělat jinak... Taky smysl pro humor může pomáhat. N: A jaké by mít neměl? D: Opak těch věcí, co jsem říkal... taky nejistota a nepřesvědčivost asi by neměla být... když budu mít ten kouzelný klobouk a budu s ním zacházet opatrně a jen tak jemně s ním mávat... bude to míň fungovat... lidi tomu budou míň věřit... nejistota a opatrnost... nedovedu si představit, že bych mu chtěl něco říct... neměl bych pocit opory... měl bych strach mu něco říct, aby to toho terapeuta nerozhodilo... taky ne přílišnej soucit</p>	<p>Sebereflexe, empatie, naslouchání, zvědavost, chuť dělat věci jinak Vs. opatrnost (pomalé mávání kloboukem) soucit</p>
<p>N: Máš nějaký terapeutický vzor? Někdo, komu by ses chtěl podobat? D: Hodně se mi líbí oblast humanistické psychologie... Fromm, Adler, Horneyová... jejich lidskost je mi blízká... také individuální uvažování o člověku... na tu dobu dle</p>	<p>Lidskost Tajemno Jedinečnost Jednoduchost</p>

<p>jejich možností... Erickson se mi líbí... to jeho matiční... používání těch jeho otázek... to stejné řekne trochu jinak... tajemno a kouzlo... je mi sympatickejší, že je jedinečnej, že se nedá naučit...</p> <p>N: On je kouzelník.</p> <p>D: Taky jak to dělá <i>Ivan</i>... překvapí mě, jak je to jednoduchý... on to řekne a já si řeknu, „no jo“... taky Franta Matuška... trochu jinej styl, takovej provokující spíš... tak nevím... spíš, jak pracují... to se mi líbí.</p>	
<p>N: A kdyby Tvůj proces stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>D: no, jak by se ta kniha jmenovala... „Jak se to povedlo“ (usmívá se)...</p> <p>N: Jaký je to žánr?</p> <p>D: Je to komedie, román</p> <p>N: Jsou tam nějaký kapitoly?</p> <p>D: (směje se) ona by to asi moc komedie nebyla... je tam hrozně dlouhej úvod... asi polovina tý knížky... klidně i víc než polovina by to byla... „Jak to začalo“... asi by to bylo vtipné a pak 30% „jak se to nedařilo“... takže 50% úvod... 10% závěr tý knížky... teď jsem asi v té části toho, jak se to moc nedaří... když pokaždý je tam i kousek té další části... osvícený jasno jsem ještě neměl a jsem hrozně rád... jednou jsem ho měl a bylo to úplně na prd... spíš nevím a zkouším... proto bych byl v kapitole, kde se to nedaří... nějak to funguje a někdy je to lepší... to vtipný je to z výcviku... chybí mi tam kapitola „Co dál doktore“ ale to bude asi jiná knížka...</p>	<p>Jak se to povedlo Dlouhý úvod Teď se to nedaří, ale už se začíná</p>
<p>N: (smějeme se) A je ještě něco, co Ti běží hlavou, co bys chtěl zmínit?</p> <p>D: snad jen, že je mi smutno... že končí výcvik... máme i hlubší vztahy v rámci <i>regionálky</i>... běží mi teď myšlenky... že to bylo jednodušší než jsem si myslel... víš začít tu terapii... do té doby to nefugovalo a hlavně funguje ta zkušenost... je mi to sympatický po Chvála, Trapkové a gestaltu jsem zvolil systemiku... moc jsem o tom nevěděl... chtěl jsem se poučit... teď se v tom cejtím dobře... dělám to pro klienty i pro sebe... mám vysoký nároky dělat to, dělat to rád... zajímat se o lidi... ne dělat to dobře, i když někdy se to kombinuje... ti lidi jsou rádi, i když se mi nezdá, že to vede k řešení...</p> <p>N: Tak to je důležitý.</p> <p>D: Někdy jsem si až moc jistej... tím svým klidem... nechci mít osvícené jasno, chci být víc nervózní... já vím, že mám ten klid, že jsem dole v Pražském výtahu a mám ten základ, můžu jet výš a dělat něco... můžu se ošetřit a mám tu jistotu</p>	<p>Smutno z konce výcviku Nebylo to tak těžké začít Chce být víc nervózní, ne tak klidný, aby neměl osvícené jasno Je to základna na pražském výtahu</p>

<p>v sobě... možná jsem měl nástroj už dřív a ztratil jsem ho... možná, kdyby mě někdo učil, jak být terapeutem, tak by to nefungovalo... já jsem se nějak rozpovídal...</p> <p>N: Ne, to je v pořádku.</p> <p>D: Bylo to moc podnětný pro mě a ještě asi budu dál přemýšlet...</p> <p>N: To já taky, i pro mě to bylo přínosný...děkuju moc.</p> <p>D: Taky děkuju.</p>	
--	--

7.6.3 Martina

N – Nora

M – Martina, 28 let

Kde: kavárna

Kdy: večer

Trvání: 45 minut

<p>N: Takže můžeme začít, jo?</p> <p>M: Já jen, že mi jede vlak, tak jestli bys mi mohla říct, kolik to zabere...</p> <p>N: Myslím, že maximálně hodinu... záleží, jak kdo povídá...</p> <p>M: Ano, to stihnu, jo.</p> <p>N: Takže jo... napřed řeknu něco k struktuře. Jestli Ti Dan neříkal.</p> <p>M: Jo. I Emilka něco říkala... Ne, ale David Tě pozdravuje. On jen říkal, že tam byla škála.</p> <p>N: (smích) to je dobrý.</p> <p>M: A že to bylo moc příjemný.</p> <p>N: Tak děkuju... no, ano, napřed tam jsou fakta a pak taková škála... a pak</p> <p>M: Jo a ještě na kolika lidech to děláš?</p> <p>N: Na devatenácti.</p> <p>M: To je dobrý.</p> <p>N: No, já Ti pak můžu říct, co vykoumám.</p> <p>M: určitě, budu ráda.</p> <p>N: tak potom je tam ještě taková úvaha a pak nějaký zamyšlení.</p> <p>M: Jo.</p> <p>N: Takže kolik je Ti let?</p> <p>M: 28</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>M: Jako terapeutický? od roku 2004... tak 4 rokem... s Danem a pak v Tyflocentru... a v praxi jako takové o dva roky víc, takže 6 let...</p>	
---	--

<p>N: A co máš a školu?</p> <p>M: magisterský pedagogiku a teď tam jsem na doktorandským...</p> <p>N: A máš nějaký výcviky nebo školení, co jsou ti užitečný v praxi?</p> <p>M: no, co se týče těch minulých... tak konverzační a komunikační kurzy... práce s nevidomýma... to není systemický, ale taky logoterapeutické minimum...</p>	
<p>N: A když ti zadám teď tu škálu od nuly do 10, tak na nule je, že nejsi terapeut a na desítce, že jsi, kde bys byla?</p> <p>M: Já si myslím, že jsem tak mezi 6-7, spíše se to blíží 7... 10 chápu jako ideální terapeut v systemice...</p> <p>N: A co Tě dostalo na tu 6-7?</p> <p>M: Hlavně výcvik... cejtla jsem se tak na 2-3... tak výcvik, <i>praktikování</i> ve výcviku i v rámci regionálek... to mě hodně pomáhá...</p> <p>N: A co Tě posune dál?</p> <p>M: Ještě víc <i>praktikování</i>... čím víc praktikuju, tím mám větší jistotu... praxe utváří moji odbornost...kdybych nepraktikovala, tak bych se posunula tak o 2 zpátky...</p> <p>N: A kdy se cítíš být terapeutem?</p> <p>M: V kontextu, kde pracuji, když mám domluvený terapeutický sezení... když mám školení, tak jsem školitel... když jsem s klientem, tak terapeut... fakt to mám spojený.</p>	<p>Praxe, praktikování vytváří odbornost</p> <p>Kontext práce - terapie</p>
<p>N: Co myslíš, že dělá terapeuta terapeutem? V čem je jeho kouzlo?</p> <p>M: mmm.(usmívá se)... (přemýšlí)... jistá odbornost... teď mě napadá, že má talent od přírody a to stačí... to jsem si myslela dřív... ale teď si myslím, že i teoretické vzdělání a praxe.</p> <p>N: Teď jsi hezky předjímala otázku... myslíš, že je to vrozený nebo získaný?</p> <p>M: Vrozený je terapeutický smysl, když ho člověk má... ale i dost se dá naučit...teď třeba na výcviku vidím, že někteří kolegové a kolegyně to mají vydřené... ale chybí jim třeba drajv, kterej je vrozeném... je to vrozený, ale i naučit se to dá.já bych udělala takový kompilát obou</p>	<p>Vzdělání, praxe a vrozený „drajv“</p>
<p>N: Myslíš, že je pro to vhodná nějaká kvalifikace? Nějaký vzdělání?</p> <p>M: No... já bych to rozdělila na terapii jako takovou... a na specializaci... dobrej systemik... to může být univerzální a eklektický způsob... pro určitý způsob na určitý směr musí být vzdělaný... nemyslím školu jako instituci... kdyby se mě prostě někdo ptal, co má mít, ta řeknu, že výcvik</p>	<p>Výcvik v konkrétním směru</p>
<p>N: Je na to vhodný nějaký věk?</p>	<p>Neohraničuje věkem</p>

<p>M: Taky se mi to mění... Když jsem viděla ty 19-20, tak si myslím, že je to jedno... do 50-60 let... ale to se mění... u někoho to není spojený... myslím, že se někdo může terapeutem stát v 19 někdo v 60 letech... asi bych to věkem neohraničovala</p>	
<p>N: Jaký by měl mít terapeut vlastnosti? M: hm... no asi jsem ovlivněná systemikou, ale měl by mít smysl pro humor... to já myslím, že je vhodný pro dobrého terapeuta... měl by mít taky komunikační dovednosti... umět používat jazyk... taky schopnost učit se od klientů... v rámci své práce... pokora to... to je klišé... ten zbytek není tak důležitý... smysl pro humor je zásadní... N: a které by neměl mít? M: No, nevím... napadá mě rigidita, neschopnost se někam posunout... napadá mě taky konkrétní vlastnost... jako je závist... rasista, pedofil</p>	<p>Smysl pro humor</p>
<p>N: Máš nějaký vzor, někoho, komu by ses chtěla podobat? M: Mám spíš takový inspirace... To je Shazer a Insoo Berg... když čtu jejich sezení s klientama... strašně se mi líbí, jak Insoo pracuje... <i>Ivan</i>, ten se mi taky líbí, srší inspirací... A Yalom, i když ho znám jen z literatury N: A v čem <i>Ivan</i>? M: Strašně se mi u <i>Ivana</i> líbí úspornost... já jsem moc ukecaná a dávám zbytečný informace... <i>Ivan</i> málo mluví d velkým efektem</p>	<p>Málo mluvit s velkým efektem</p>
<p>N: A kdyby to Tvé stávání se terapeutem byla kniha, tak jak by se jmenovala? M: mm (usmívá se) mě nenapadá nic kreativního... "Můj život jako terapeuta"... "moje terapeutická práce" N: a jaký je to žánr? M: (smích) žánr... asi bych chtěla, aby to bylo komediální... nechtěla bych, aby to byla tragédie... z toho mám hrůzu...tak asi komedie N: A kde jsi? M: Na konci střední části... úvod, stat', závěr... tak na konci statí jsem... N: Je ještě něco, co Tě k tomu napadá? M: Ono se to nedá změřit jen na té škále, jsou tam i jiný okolnosti... moje práce a psychoterapie teď pro mě není na prvním místě... to není teď prioritou... já jako psychoterapeut, to je jen jedna kapitola v celý knize... vždycky chvíli píšu i jiný kapitoly... teď jsou jiný kapitoly hlavnější... jako rodina a tak... terapie jen občas... N: Tak Ti moc děkuju a přeju hodně štěstí i v jiných kapitolách... M: Já taky děkuju... to už je celý, to uteklo...</p>	<p>... "Můj život jako terapeuta"... "moje terapeutická práce" Jen jedna kapitola v celé knize Teď důležitější kapitoly</p>

7.7 PŘÍLOHA 7 - ROZHOVORY UT 03

7.7.1 Vlad'ka

N – Nora

V – Vlad'ka, 43 let

Kde: kavárna

Kdy: odpoledne

Trvání: 40 minut

<p>N: Takže, rozhovor má několik částí... první je o tvých údajích jako věk a tak... potom je tam škála, která měří, jak moc se cítíš být terapeutem... potom tvoje názory a úvahy o tom... trvá to tak půl hodiny až hodinu</p> <p>V: Ano, dobře.</p> <p>N: Tak kolik je Ti let?</p> <p>V: 43</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>V: Tři roky. Dělal jsem od roku 2001 do roku 2005 na lince důvěry a s klienty pracuju soukromě 3 roky... a taky jsem v poradně pro rodinu a mezilidské vztahy od června.</p> <p>N: Jaké máš jiné výcviky a školení, které Ti pomáhají v práci?</p> <p>V: Mám systemiku, tam končíme v březnu... no a pak mám 160 hodin sebezkušenosti... počkej, nevím, jak to bylo, a myslím, že to bylo hodně orientovaný na transakční analýzu... vnitřní dítě a tak se dělalo...</p> <p>N: Hmm.</p> <p>V: Pak padesát hodin taneční terapie, pak sny jsem dělala... analýzu snů, to bylo dobrý... pak časová osa od Chvály...</p> <p>N: A k čemu to bylo užitečné.</p> <p>V: No, to používám v práci víc... je to zase něco jiného než ta systemika... zase je to o něčem jiném... taková inspirace...</p>	
<p>N: Můžu teď tu škálu?</p> <p>V: Jo.</p> <p>N: Takže na nule je, že nejsi terapeut a na desítce, že ano... tak kde bys teď byla?</p> <p>V: Jsem na 3-4.</p> <p>N: A co Tě tam dostalo?</p> <p>V: Systemický výcvik, určitě... trénink s lidma... je určitě užitečným... potom určitě praxe... osobní zrání... životní růst... víc život a zkušenosti, ty mi moc pomohly... někdy jsem si toho už všimla při terapii, že se to daří... někdy až na videu... někdy ale zase <i>video</i> ukáže, že to nebyla pravda,</p>	<p>Minulé zdroje: Praxe Terapie Výcvik Nyní zdroje: ukončit výcvik a vlastní praxe Obohatit se o ostatní přístupy, zejména neverbální</p>

<p>že se to tak až zase nedařilo...</p> <p>N: A co by Tě posunulo dál?</p> <p>V: Určitě ukončit výcvik... pak se udělat pro sebe... otevřít si svou praxi... a kurz „Hledání vnitřní síly“... to je trochu z jiného soudku než systemika... je tam terapie orientovaná na tělo... chci se obohatit, víš? Chci se naučit pohybovou terapii... arteterapii... a doplnit si to takhle... protože nejen ta systemika, ale i to ostatní mě láká</p>	
<p>N: A máš nějaký terapeutický vzor? Někdo, komu by ses chtěla podobat v práci?</p> <p>V: Vzor? jako žijící?</p> <p>N: No, nemusí být.</p> <p>V: jo, počkej... nech mě chvíli přemýšlet... no přístupy Chvály se mi líbily... to už ale pominulo... z toho, co jsem viděla a slyšela... Beťák</p> <p>N: V čem?</p> <p>V: V naladění se na klienta a v pohotovosti. Asi bych měla říct někoho ze systemiky (směje se)</p> <p>N: Nemusíš.</p> <p>V: Honza Hesoun...</p> <p>N: V čem?</p> <p>V: Hodně jsem získala pro sebe... svou vlastní terapii.</p>	<p>pohotovost</p>
<p>N: A co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>V: To jsou těžké otázky... já právě přemýšlím, jako to uchopit, víš? Nevím, jestli to dokážu pojmenovat... hlavně vlastnost, že dokáže... dokáže... jako naladit se na toho klienta... a... ehmm... a...jako a vybrat ten správný komunikační... kanál... aby se prostě ta jejich řeč nemíjela, to považuju za důležitý... (smích)</p> <p>N: a dál? Jaký vlastnosti by měl mít?</p> <p>V: Akceptace klienta... empatie... být sám sebou a nehrát si na něco...</p> <p>N: A co by neměl mít?</p> <p>V: Neměl by mít rychlejší úsudek... že by byl s vším rychle hotovější... velká rychlost...</p> <p>N: Myslíš, že je to vrozený nebo se to dá naučit?</p> <p>V: Je to talent od Boha... ale zda druhé se v tom dá dost zdokonalit... musí mít vlohy a rozvinout je.</p>	<p>Naladit se na klienta</p> <p>Empatie</p> <p>Akceptace</p> <p>Být sám sebou</p> <p>Nebýt rychlý</p> <p>Talent od Boha, jde rozvinout</p>
<p>N: Je důležité nějaké vzdělání?</p> <p>V: Měla by to být škola, která se týká člověka... sociální, pedagogická... i medicína... nemusí to být psychologie...s tím, že pak terapeutovi stačí jen výcvik... je ale důležité rozšiřovat okruhy toho, co ví</p> <p>N: Je pro to optimální věk?</p> <p>V: Nemístný, aby byl v 19 letech... myslím, tak od 22-23 let... že mladý lidi, co mají zkušenosti... ale po univerzitě je</p>	<p>Po univerzitě</p>

to lepší... Horní hranici to asi nemá... no, když má sluch, řeč, mluví, vidí a nemá diagnózu demence (smích)	
<p>N: Kdyby byl proces stávání se terapeutem kniha, jak by se jmenovala?</p> <p>V: (přemýšlí) já přemýšlím nad nějakým vtipným názvem... (smích) „Nikdy nekončící cesta“... nebo „Nikdy nebudeš připraven na všechno“... jo to je ono... něco Krátkého a vtipného mě nenapadá...</p> <p>N: Co by to bylo za žánr?</p> <p>V: Mně by se líbilo, kdyby to byl humornej román... jo „Slasti a starosti“ (smích)</p> <p>N: A jaká je to teď kapitola?</p> <p>V: Jaká je to kapitola? Kde já teďka jsem? Asi „První krůčky“... to je úplně na začátku... před tím bylo jen „Narození“</p> <p>N: Je ještě něco, co bys chtěla říct? Co To běželo hlavou?</p> <p>V: No, jen že jsem myslela, že to děláš pro ISZ, že tam bude něco o ISZ a ono to bylo spíš jen o mně a jak to vidím já... to mě překvapilo... a pěkně jsem se zasmála...</p> <p>N: Tak Ti děkuji a přeju hodně štěstí.</p>	<p>Je to nikdy nekončící cesta</p> <p>Ted' první kroky</p> <p>Předpoklad, že je to pro ISZ</p>

7.7.2 Hana

N – Nora

H – Hana, 25 let

Kde: u Hany v práci

Kdy: odpoledne

Trvání: 45 minut

<p>N: Já Ti napřed řeknu, jak to bude vypadat a pak se do toho dáme, ano?</p> <p>H: Ano.</p> <p>N: Trvá to asi půl hodiny až hodinu. Má to několik částí... v první se budu ptát na fakta... věk a tak... pak budu zadávat škálu, která měří, jak se cítíš být terapeutem... pak taková část s Tvými názory na terapeuta a jeho vlastnosti.</p> <p>H: Hmm.</p> <p>N: a pak takové zamyšlení.</p> <p>H: Ano.</p> <p>N: Tak kolik je Ti let?</p> <p>H: 25 let</p> <p>N: A jakou máš školu?</p> <p>H: Ted' studuju psychologii a speciální pedagogiku v pátáku.</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>H: Od roku 2001... v XXX... nízkoprahovým zařízení...</p>	<p>Krizová intervence, práce s rodinou a konflikty, kolegové, supervize</p>
---	---

<p>půl rok jsem byla na Jana Ámose, po roce na škole jsem zase do XXX vstoupila... 2003 máme nový projekt pro závislé matky... od té doby jsem taky terapeut... takže čtyři roky skoro</p> <p>N: A jaký máš výcviky a školení kromě ISZ? který by Ti pomáhal v praxi?</p> <p>H: Mám krizovou... TKI... pak Vyhnáková... rodina v procesu změny byly to 3 krát tři dny... pak se učím hodně od kolegů... ze supervize... začala jsem s výcvikem... jako supervizora Františka Matušku... ten mě hodně ovlivnil...</p> <p>N: a když...</p> <p>H: jo a ještě kurz jak zacházet s konflikty... Ivana a Jirka Brož myslím..</p>	
<p>N: Hmm... A když bych Ti zadala tu škálu od nuly do desítky... na nule je, že nejsi terapeut a na desítce že jsi, kde bys byla?</p> <p>H: Asi na 7-8... to je těžký... ono se to pohybuje... na 10 nevím, jestli někdy budu... to je celoživotní cíl... čím víc se vzdělávám, tím víc toho chybí... vždycky je co se učit dál...</p> <p>N: A co tě na 7-8 dostalo?</p> <p>H: Asi jsem tam nejvíc kvůli výcviku... díky supervizím a individuálním supervizím hodně... zejména u Honzy Hesouna... to mě pomáhá nejvíc... a individuální terapie... jak to dělám, proč to dělám... to je užitečnější než výcvik samotnej...</p> <p>7-8 je když mám pocit, že se daří práce... že je to úspěšně zakončený... a že klienti sami reflektují, že to pomáhá...</p> <p>N: A co posune dál?</p> <p>H: Já jsem člověk, který se chce dál vzdělávat... další výcviky a praxe... teď to jde pomalu... výcviky a praxe pomohly hodně... ve škole také KBT... bylo to hodně rychle... teď to jde po malých krocích... nevím, zda skončím na 10... mám chvíle, kdy o tom pochybuji... zda jsem neměla jít radši prodávat květiny</p>	<p>Na desítku je celoživotní cíl Stále se učit Minulé zdroje: supervize, terapie, samotní klienti reflektují Budoucí zdroje: výcviky a praxe Teď to jde po malých krocích, předtím rychle Chvillemi pochybuje</p>
<p>N: Co si myslíš, že dělá terapeuta terapeutem?</p> <p>H: Sebereflexe, pokora... jsou mi blízký lidé, co neustále pracují na sobě, pochybují o tom...</p> <p>N: Je pro to optimální věk?</p> <p>H: Myslím, že ani ne... hlavně zkušenosti, co člověk získává... mám ambice, teď bych potřebovala umět... 40-50 let... takhle to chci někdy mít...</p> <p>N: Dá se to naučit?</p> <p>H: myslím, že někdo má dar psychoterapie v sobě a rozvíjí si ho a klidně i v 35 letech... má dávku empatie a podobné vlastnosti... to rozvíjí... No, třeba komunikace ano...</p> <p>N: a vzdělání? je potřeba nějaká kvalifikace?</p>	<p>Sebereflexe, pochybnosti Věk ani ne jako zkušenosti Dar který rozvíjí Výcvik, vývojovou psychologii</p>

<p>H: je rozdíl mezi psychologem a psychoterapeutem... no, psychoterapeut musí mít na 100% výcvik... jsem pro střední cestu... ani ne bez vzdělání a jen výcvik ani ne jen škola... může mít 20 tisíc supervizí a 6 tisíc výcviků... humanitní vzdělání ... bakalářský, magisterský... základní znalost o vývojové psychologii... že je to normální, to mě pomohlo... se školou bez výcviku to může být dobrý poradce</p>	
<p>N: Jaké by měl mít vlastnosti? H: Osobnostní? Dávku empatie... určitě... že jo... nákou tu schopnost... jako vlastnost kritičnosti... něco takovýho— teď mě nenapadá nějaký obecný... teď se potýkám ... taky dává sebe... sebe... sebe, že si věřím sám sobě... je to dobrá míra... ne být úplně sebou jistý, to vede ... aby věřil, že dokáže lidem pomoci... může to být na škodu... jsem ve fázi, kdy se s tím potýkám... kdybych si více věřila, byla bych lepší... když klient přichází na konzultaci, musím věřit, že mu pomůžu... ještě flexibilita a tvárnost N: a jaký by neměl být? H: Vlastnost, která je na škodu? Hlavně psychopatická osobnost... jinak mě nic nenapadá</p>	<p>Lidem pomoci – věřit v to, kritičnost, sebedůvěra</p>
<p>N: A máš nějaký vzor? Komu by ses chtěla podobat? H: Mám spoustu vzorů... každé psychoterapeut je vzor.spousta lidí... za systemiky ... všichni... největší vzor je Vráťa Strnad... je mi příjemný jeho styl... z literatury se mi líbí Shazer... je průlomový, že se nepatří v problému, ale chce hledat řešení... je to lidská zvědavost patlat se v minulosti... ne patlat se v traumatech, ale aby věděl, jak žít dál... co je teď a jak to mám teď N: A ještě někdo? H: ještě Erickson... to jsou zvláštní lidi... jak by spadli z vesmíru... to je zvláštní dar... je zvláštní... má jedinečném přístup... dar... je šokující... všechno mu nasolí hned, jak přijde...</p>	<p>Hledat řešení Hned vše nasolit</p>
<p>N: Kdyby Tvůj proces stávání se terapeutem byla kniha, jak by se jmenovala? H: (přemýšlí) nějaká cesta... něco takovýho... “Nekončící cesta“... sou neustále otevřené možnosti... tahle metafora by to vyjadřovala... N: Co by to byl za žánr? H: Nóo... něco mezi beletrií a odborností... takovej styl jak má <i>Ivan</i> umění pomáhat... na základě odbornosti a lidskosti... čtivý a srozumitelný... N: A kde v ní jsi? H: Asi někde podobně jako u škály... krátce za půlkou... ale kapitoly navazují a vzájemně se proplétají... čte se to jen dopředu, ale ne dozadu... nebo nerada bych, aby se četlo</p>	<p>Nekončící cesta Čte se jen dopředu Uzavření základů Teď rozvoj stylu – květu na růži</p>

dozadu... rozhodně mám uzavřený základy... první část byla teoretická... teorii uzavírám... první sebezkušenostní výcvik a zároveň škola, to je uzavření minima... teď je to o rozvoji toho stylu... teď je to na mě, abych se rozvinula... poupě růže, aby to mělo stonek a květ a teď se budou rozvíjet lístečky	
<p>N: Je ještě něco, co Tě napadá, co Ti běží hlavou?</p> <p>H: že je to základní požadavek, že musím reflektovat co dělám a proč to dělám... život terapeuta a kompetence, dojednaný... systemika mi dala myšlení... prostřednictvím klientů jej cvičím... na základě toho si chci udělat svůj styl... mám takovou fantazii, že to chci fakticky klientům ušít na míru... ti supervizoři mi fakt pomáhají, i když i z toho analytického hlediska... když mi to kolega vysvětlil, jak mi kdo co projikoval, to vytěsnil... tak mi to taky pomohlo... Otevřela jsem si teď svou vlastní praxi, mám tam nábytek a všechno své... Hrozně moc se na to těším... mám už první klientku...</p> <p>N: To je úžasný.</p> <p>H: Ale je tam se mnou ještě jedna terapeutka... ona je přes něco jiného... psychoanalytička... ale oni se diví, jak to jde dohromady, ale my máme společný letáčky a stránku a budeme se myslím obohacovat... vzájemně... tím, i že je to jiný</p> <p>N: Tak to hodně štěstí a moc děkuju.</p> <p>H: Já taky děkuju.</p>	<p>Mít svůj styl</p> <p>Ušít klientům na míru</p> <p>Obohacení se u ostatních směrů</p>

7.7.3 Petra

N – Nora

Pe –Petra, 29 let

Kde: u Petry v práci

Kdy: odpoledne

Trvání: 60 minut

<p>N: Tak já napřed řeknu tu strukturu a pak můžeme začít, jo?</p> <p>Pe: Dobrá.</p> <p>N: Je to na hodinku maximálně, tak půl hodiny minimálně. Napřed jsou nějaká fakta, potom škála, co měří, jak moc jsi terapeut... potom nějaký tvý názory a úvahy... Takže kolik je Ti let?</p> <p>Pe: 29</p> <p>N: A jak dlouho jsi v praxi?</p> <p>Pe: 4 roky v terapeutický praxi...</p> <p>N: A co jsi studovala?</p> <p>Pe: VOŠ sociálně právní akademie... pak jsem byla na stáži</p>	
--	--

<p>v manželský poradně... to je tak 6 let... pracovala jsem s klientama a před tím ještě v křesťanské ped-psy poradně dva roky... jo a studovala jsem specku – psychologii... teď jsem dělala s Tebou PhDr. (smích)</p>	
<p>N: Hmm. (smích) A můžu teď tu škálu? Pe: Jasně, prosím. N: Takže, na nule je, že nejsi terapeut a na desítce, že jsi. Pe: Tak to jsem tak na 6-7. N: Co Tě tam dostalo? Pe: Určitě díky výcviku... i díky jiným jako je relaxace a mediační činnost... díky praxi a zkušenostem... díky intenzivním skupinám... a samozřejmě díky tomu, že se klienti vrací... a posílají své známý... z 90% jsou na doporučení klientů N: to je hezký... a co byly ty jiný výcviky? Pe: Relaxačně-imaginativní terapie, Ostrov rodiny, prevence sociálně patologických jevů v křesťanské ped psy... výcvik v mediaci... práce s krizí a tělem... to je výborný... to občas používám... a primární prevence... někdy mám pocit, že jsem ba osmička, jindy na 4... záleží, co dělám... pak je klient, u kterého si nejsem jistá a tak jsem na 5... hodně dle typu klientely... neurotičtí, deprese... to se cítím jako ryba ve vodě... u opravdu těžkých depresivních pacientů, co mají medikaci, to zase ne... u endogenně depresivních... tam nevím, tam jsou tak ladění od dětství a s tou systemikou nevím... když mi to s nima nejde, posílám je kolegyni... párová terapie, to se cítím dobře, to je osmička... prostě dle tématu... někdy posílám ke kolegovi... my jsme různě orientovaní, takže se doplňujeme... někdy i máme klienty společné</p>	<p>Minulé zdroje: výcvik, praxe, spokojenost klientů Závisí na typu klienta, ke je na škále, dle tématu</p>
<p>N: A co by Tě posunulo dál? Pe: Intenzivnější supervize by pomohla... práce pod supervizí, mít kolegu za zády... teď na to není čas... to by bylo... zkušenější kolega, který má stejná směr... byl tu psychoanalytik a to nešlo... taky dokončení výcviku by pomohlo... natáčení na <i>video</i> a rozebírání... technická možnost by tu byla, jen to dělat... pak vůbec, já mám ráda ten eklektický přístup... takže nějaký workshop v integrované psychoterapii.abych mohla ušít klientovi přístup na míru... zkombinovat psychoanalýzu, gestalt, systemiku... zakomponovat to do práce, i když ne celý... vzdělávání, to nikdy nekončí... vím, že se to dá dělat lépe... když se dostanu na 8, to bude maximum</p>	<p>Supervize Natáčení videí Integrativní směr Ušít klientovi přístup na míru Vzdělávání 8 je max</p>
<p>N: A co dělá terapeuta terapeutem? Pe: Musí ho to bavit, musí mít rád lidi... měl by to být založením laskavej člověk... ale nic jiného mě nenapadá...</p>	<p>Vlastnosti a opaky Vliv Ivana</p>

<p>člověk schopnej reflexe, to je absolutní základ... buď takovej je nebo není... a to Tě nenaučí žádný výcviky... znám lidi s výcvikem... Jungiáni, ale stejně bych se je bála pustit na klienta... lidi, které zajímá jejich příběh... otevřenost vůči příběhům, naladit se...</p> <p>N: Hmm...</p> <p>Pe: Někdy je typ klientů, co pošleme ke kolegovi, ale stejně potřebují pomoc.třeba pedofilní... různí lidi... schopnost naslouchat, to jde natrénovat výcvikama... nevnášet do terapie svoje vlastní zkušenosti...to je hlavní, to mi sedí... otevřený, co klientovi pomáhá... ne vlastní zkušenosti... člověk, který je schopen dívat se na věci z různých úhlů pohledu.</p> <p>N: A jaký by neměl být?</p> <p>Pe: Neměl by mít pocit, že je mu to jasný... jak říká <i>Ivan</i> „osvícené jasno“... je to pocit, že to znám... vždy se mi v hlavě rozblíká vykřičník... neměl by to být člověk, který chce lidi soudit... člověk, který ví vše nejlíp... líp než klienti...</p>	
<p>N: A je nějaký optimální věk?</p> <p>Pe: věk? Já ti nevím.když jsem začínala, tak jsem si připadala mladá... asi tři roky potom už to bylo lepší... z vejšky si myslím, že je mladej... teď se cítím dobře... s věkem totiž narůstá tolerance... díky zkušenosti jsou lidi tolerantnější... díky zkušenosti si dovedou představit předtím nepředstavitelný věci...</p> <p>N: Je na to potřeba nějaké vzdělání nebo kvalifikace?</p> <p>Pe: takže vzdělání a konference... v tom smyslu, že odborníci si povídají kasuistiky... a ne jen skvělý, který úžasně dopadly, ale i to co se nepovedlo, s čím si nevěděli rady... konference primární prevence například... tam si říkají, co kdo dělal a co by dělali... to posouvá víc než příběhy typu „To se úžasně daří“ jo a taky posouvá čtení odborné literatury...</p> <p>N: A vzdělání jako takové?</p> <p>Pe: Já myslím, že když je někdo psycholog, je jedno jestli jednoobor nebo dvojobor... jsou důležité znalosti klinické psychologie... psychopatologie... vývojové a pedagogické psychologie... já si cením psychiatrie... to jsem byla v léčebně v rámci VOŠky... pak si myslím, že by taky mohl být obor sociální práce a dodělat si teorii... no a speciální pedagogika jen pro určitý typ klientů...</p> <p>N: Hmm.</p> <p>Pe: Já myslím, že by to měl být obor, kde mají aspoň semestr psychologii... kamarádka, která vystudovala práva a angličtinu a dělala terapeutickou práci sama říkala, že ji psychologie chyběla... já bych rozlišovala mezi</p>	<p>S věkem narůstá tolerance Vzdělávání jako čtení a kasuistické semináře Psychologie, sociální práce Rozdíl terapie a psychoterapie</p>

<p>psychoterapií a terapií</p> <p>N: V jakém smyslu?</p> <p>Pe: Terapie, to je třeba i pracovní... nemusíš mít vzdělání psychologický... arteterapie – nemůžou jít tak hluboko, když nemají psychologii, sociální terapie, tam stačí sociální práce... terapie hrou... speciálně pedagogická terapie to jsou jen třeba nácviky dovedností... no a psychoterapie oproti tomu ... tam je psychologické vzdělání důležité</p>	
<p>N: Máš nějaký terapeutický vzor, komu by ses chtěla podobat?</p> <p>Pe: Mám jich víc... jeden ze vzorů je Vít'a Ryšánek.pro jeho laskavost a otevřenost... kousek by mi mohl klidně dát... někdy to přehání... no... pak Zdeněk Rieger do určité míry... je kouzelný při práci s dětma... jediná věc, co mi na něm vadí, je ta direktivita... ale ty návody jsou užitečný... řada kolegů, od kterých jsem si vzala něco... řada kolegů... každý z nich má vlastnosti, kterými mě mnohonásobně převyšuje...</p>	<p>Návody, vlastnosti kolegů</p>
<p>N: Kdyby Tvůj proces stávání se terapeutem byla knížka, jak by se jmenovala?</p> <p>Pe: Knižka... ty jo... to je hezký... to je pěkná otázka, ale nevím, jak bych na ni odpověděla... “Je stále co se učit a vždycky bude“.“tak se neboj“, to je dovětek... jak se jmenovala ta knížka od Yaloma</p> <p>N: Jaká?</p> <p>Pe: jak tam ten terapeut něco popletl... no ,prostě není tragédie, když se spleteš</p> <p>N: A jaký je to žánr?</p> <p>Pe: román (směje se)</p> <p>N: A kde v ní jsi?</p> <p>Pe: Ted'ka? tak bych řekla v první třetině nebo možná čtvrtině... ještě nejsem na konci... kdyby tam byly kapitoly, tak je to dle vývoje... po stopách toho věku... vždycky mám pocit, že je nějaký téma, pak s vynoří nový.je to jako časová osa... něco mezi románem a autobiografií, ale určitě ne literatura faktu... teď je tam zrovna spíše téma jiné, než terapie... (usmívá se a dává si ruku na klenoucí se břicho)</p>	<p>... “Je stále co se učit a vždycky bude“.“tak se neboj“, Jako časová osa s tématy ze života</p>
<p>N: Je ještě k tomu něco, co Tě napadá, co jsi neřekla, co běží hlavou?</p> <p>Pe: samý blábol... taky mě napadá, že je důležitý v praxi, na jaký kolegy narazíš... jestli si vybereš dobrého supervizora a je v konzultaci, co vedeš... .abych mohla supervizorovi důvěřovat je důležitý... s kolegy také diskutuju... nevím, zda jsem třeba něco udělali správně nebo si to jen odsouhlasíme... atmosféra na pracovišti je nesmírně důležitá...</p>	<p>Kolegové Atmosféra na pracovišti Ověřování užitečnosti pro klienta 4 typy klientů</p>

<p>N: To je dobré, když si sednete...</p> <p>Pe: musím také vědět s čím klient odchází, zda mu to k něčemu bylo... vždy se ptám, jak mu to sedlo... jestli tímhle způsobem i dál... on třeba řekne, že si přišel na spoustu věcí... že na sobě pracuje, přemýšlí, že to jede... z úspěchů klientů mám dobrý pocit, snažím se z hodiny dostat maximum... často to ale hýbe čas... musím pracovat na trpělivosti... já přednáším sestřičkám a tam v takovém cvičení vyšly čtyři typy klientů, které oni určily...</p> <p>N: Je, to mi řekni.</p> <p>Pe: první skupiny, že se na ně těší, pak že je to průměr, potom nepříjemní klienti a pak ti, se kterými nemohou pracovat... a ty předávají kolegovi (smích)... myslím, že každý terapeut má tyto kategorie... pozná se to, stojí to různou míru energie...</p> <p>N: Tak to je zajímavý... děkuji moc za Tvůj čas.</p> <p>Pe: No, já taky, moc se mi to líbilo, bylo to takový tvůrčí... díky</p>	
---	--

7.8 PŘÍLOHA 8 – STOPAŘŮV PRŮVODCE (NEJEN) PRO ZAČÁTEČNÍKY V SYSTEMICE aneb NEPROPADEJTE PANICE!

Níže uvedený průvodce vznikl jako výstup mé diplomové práce. Má sloužit začínajícím terapeutům k tomu, aby jim usnadnil jejich vstup do profese. Byl vytvořen nejen na základě literatury a osobní zkušenosti, ale také s ohledem na výzkumná zjištění. Jedná se tedy o zpopularizovanou kondenzovanou formu toho, co si myslím, že je s ohledem na začátek procesu stávání se důležité vědět.

Nadešla chvíle, kdy se cítíte být připraveni vstoupit do praxe systemické terapie? Začali jste s terapeutickou prací a cítíte nejistotu nebo pochyby? Pochybujete, zda Vaše konání má smysl? Následující řádky jsou tu pro Vás. Jsou proloženy citáty od Vašich kolegů, terapeutů, kteří se potýkali a potýkají s podobnými záležitostmi jako Vy. Brožurku berte jako průvodce, kterého můžete použít kdykoliv a přečíst si jakoukoliv část. Neřekne Vám, jak co máte dělat, ale může Vám být na cestě za terapií podporou...

„Stopařův průvodce po Galaxii je po všech stránkách pozoruhodná kniha. Byla sestavena a v průběhu let mnohokrát přepracována pod vedením různých šéfredaktorů. Obsahuje příspěvky nespočetných cestovatelů a badatelů. Předmluva začíná takhle: "Vesmír je velký. Fakticky velký. To byste nevěřili, jak je hroživě obrovitánsky velký, že z toho zůstává rozum stát. Myslíte si třeba, že drogerie ve vaší ulici je daleko, ale proti vesmíru je to úplný houby. Tak poslouchejte... „,“ a tak dále. (Po chvíli se styl trochu usadí a kniha začne říkat věci, které doopravdy potřebujete vědět...)“ (Adams, 2005, Stopařův průvodce po Galaxii)

1. **Není nic divného, že pocítíte nejistotu**

To, že jste na začátku své cesty, s sebou nese i nejistotu. Je to naprosto normální. Nemusíte si dělat starosti. Je důležité, že o nejistotě víte a můžete s ní pracovat tak, abyste ji překonali, abyste z ní mohli vytěžit a mnohé se naučit o sobě i o terapii.

„... ale myslím, že by mi pomohlo získat větší jistotu... to by mi pomohlo... já jsem třeba, když jsem měla mít to video, ve velkém praktikování, to jsem byla moc

nervózní, rozumíš. Já jsem byla ráda, že jste tam byli vy, co vás mám ráda a že jsem se na Vás dívala... “

„Já poslední dobou pochybuji o své odbornosti, jestli to vůbec mám právo dělat, víš? Jestli to není jen divadlo... Já mám teď takovou těžkou klientku. Je to to, co mám dělat? Kdo jsem a co dělám?“

2. Jsem terapeut, i když ještě nemám výcvik?

Je důležité začít terapii dělat, když se na to cítíte. Když víte, že někomu můžete pomoci, když věříte, že Vaše působení je účinné a terapie k něčemu může vést.

„... že to bylo jednodušší než jsem si myslel... víš, začít tu terapii... do té doby to nefugovalo a hlavně funguje ta zkušenost... jsem zvolil systemiku... moc jsem o tom nevěděl... chtěl jsem se poučit... teď se v tom cejtím dobře... dělám to pro klienty i pro sebe.“

Zkuste si udělat škálu, jak se moc se cítíte terapeutem a pak navrhnete kroky, které byste chtěli podniknout pro další zlepšení. Může to pomoci a Vaše směřování bude uchopitelnější.

„Myslím, že jsem terapeut. Už dřív jsem byla tak na 7. Měla jsem jeden bod, abych měla klienty a to se mi povedlo... a šla jsem do praxe... Tak jsem to měla vysoko. A teď jsem terapeut bytostně... (směje se)“

3. Uvědomte si své klady a předpoklady pro práci, stejně jako slabé stránky

Někdo soudí, že pro terapii je důležitý vrozený talent nebo nadání. Zkuste si projít to, v čem si myslíte, že jste dobří, co Vám jde a co byste mohli svým klientům předat. Také své rezervy a nedostatky a způsoby, jak si s nimi poradit.

„Jakákoliv vlastnost, která je negativní a je reflektovaná a pracuje se s ní, se dá využít...Mně někdy klienti naštvou... když už dlouho...dojde trpělivost... vím, že je můžu zranit slovem... Je to pro mě signál ozvat se... tak to prostě řeknu a uleví se mi... dá se to prostě využít... “

4. **Jsou různé typy klientů a jejich témat, je normální, že nemůžete pomoci všem a se vším.**

Každý terapeut má své hranice toho, s kým a na čem je schopen pracovat. Jedna frekventantka výcviku vymezila následující skupiny.

„první skupiny, že se na ně těší, pak že je to průměr, potom nepříjemní klienti a pak ti, se kterými nemohou pracovat... a ty předávají kolegovi (smích)... myslím, že každý terapeut má tyto kategorie... pozná se to, stojí to různou míru energie.“

Není ostudou, ale naopak je profesionální a silné, být schopen vymezit své hranice a případně poslat klienta ke kolegovi.

„... záleží, co dělám... pak je klient, u kterého si nejsem jistá a tak jsem na 5... hodně dle typu klientely... neurotičtí, deprese... to se cítím jako ryba ve vodě... u opravdu těžkých depresivních pacientů, co mají medikaci, to zase ne... u endogenně depresivních... tam nevím, tam jsou tak ladění od dětství a s tou systemikou nevím... když mi to s nima nejde, posílám je kolegyni... párová terapie, to se cítím dobře, to je osmička... prostě dle tématu... někdy posílám ke kolegovi... my jsme různě orientovaní, takže se doplňujeme... někdy i máme klienty společné.“

5. **Vaši kolegové Vám mohou dát více zabrat než klienti – nenechte si ubližovat**

Mnohdy je pro začínajícího terapeuta obtížné vyjít s kolegy na pracovišti, kteří mu dávají pocítit jeho nekompetentnost. Je třeba, abyste se toho hodně naučili, ale učení nemusí bolet a být nepříjemné.

„Pro všechny mladé i staré psy, které učím a kteří se učí být psychology, psychoterapeuty, či pomáhajícími pracovníky jiných profesí, se mi chce říci nahlas: nenechte si ubližovat. Nevěřím, že pomoc má bolet. Nevěřte nikomu, kdo říká, co je pro vás dobré, jestliže sami cítíte, jak vás to bolí. Troufňte si věřit sami sobě. Stejně jako vaši klienti jste kompetentní a nejlépe schopní rozhodnout, co je pro vás dobré. Žádné ubližování, pod žádnou ušlechtilou záminkou, není cestou k tomu, aby z vás byl lepší psycholog. Maximum, co z toho lze vytěžit, je závěr: tohle já nikomu dělat nebudu. A to je málo. Nemusí to být tak, že učení bolí a stromek je

třeba ohýbat, dokud je mladý. Jestliže chcete být užitečnými psychology, sami nejlépe víte, co k tomu potřebujete, sami nejlépe dokážete najít ty, od nichž vám stojí za to se učit, s kterými chcete pracovat, i ty, kdo vám pomohou získat nadhled při vašich profesionálních těžkostech. Nemusíte přijmout systemický přístup za svůj, abyste měli zkušenost, že když se člověk spálí, dozví se, co nemá dělat, ale nijak mu to neodpovídá na otázku, co dělat má. Až budete zase hledat odpověď na tuto otázku, nenechte si ubližovat.“ (Úlehla, 1996, Nenechte si ubližovat, s. 2)

6. Jak poznat, že Vaše konání „k něčemu je“? Že se Vám to daří? Co může pomoci, abyste se cítili kompetentnější?

Je důležité pociťovat jistotu a smysluplnost vlastního konání. Kde lze tuto větší jistotu získat? Jedno z velmi vhodných míst je samotný terapeutický kontext – sezení s klientem, ve kterém je možné se na užitečnost přímo zeptat. To, že k Vám klienti chodí znamená, že jim to nějakým způsobem pomáhá. Abyste se k průběhu sezení mohli vracet, je užitečné si natáčet sezení na video. Tak budete schopni vidět sami sebe při práci a vystihnout tak silné i slabé stránky. Analýza videa je cesta, jak se učit a to i z vlastních chyb.

... pořád chtějí, abychom praktikovali... že jediné tak to poznáme... já jsme praktickém člověk, vymýšlím alternativy, praktikuju... no, klienti mi dávají zpětnou vazbu, že chodí a že se i zlepšili...

7. Nevadí, že se to spálí – kupte nové kuře

Nic si z toho nedělejte, když chybujete. Chybami se můžete poučit k tomu, abyste příště volili cestu jinou a zkusili to odjinud („koupili nové kuře“). Nebojte se chybu přiznat, poradit se s kolegy, vedoucími výcviku nebo supervizory (viz dále).

Je tam spousta rad, návodů, postupů... a taky tam třeba je... nic si z toho nedělejte, že se to všechno spálilo... (směje se) No nebo třeba recept pokračuje „koupíme nový kuře“ ... a na konci je napsaný „Jste dobrý terapeut.“ (směje se)

8. **Nejste na to sami, aneb je normální požádat o pomoc**

O pomoc si můžete požádat, je dobré vědět, že na to nejste sami. Určitě Vám rádi pomohou Vaši kolegové z výcvikové skupiny. Ať již v rámci VPV, při velkém praktikování, regionálek či mimo terapeutický kontext ve volném čase. Je dobré zjistit, že kolegové řeší podobné věci jako Vy. Dalším zdrojem jsou lektori, kterým pod rukama prošlo již mnoho lidí ve výcviku, i oni mohou pomoci. Dále také supervizoři ve skupině nebo individuálně. A taktéž je možné se obrátit na jiného terapeuta a požádat jej o terapii. Zkušenost z individuální terapie je velmi cenným doplněním mozaiky terapeutického umění.

9. **Najděte si čas i na „život“ – obohacuje to**

Nejen terapie, ale i vlastní život terapeuta je velkým zdrojem poznání a učení se novému. Tak, aby člověk mohl svým klientům být užitečný, nemusí a ani nemůže projít tím, co oni. Pokud však je obohacen svým životem a čerpá z něj, může pomoci lidem lépe.

„... potřebuju životní zkušenosti... mít děti... věnovat se rodině... i to je přínos, abych byla dobrý terapeut... mám radost, dává mi to smysl, když se to propojilo... chronicky nemocní lidé... jako terapeut potřebuji naplnit své uplatnění... když to udělám, tak se posunu na škále dál... moje osobní štěstí bude větší a tyhle věci... abych se o sobě poznala i v osobní rovině, nejen profesionálně.“

10. **A hlavně – neberte se moc vážně!**

Z pomáhání a vykonávání této obtížené profese je dobré mít radost, časem získáte nadhled a uděláte si legraci i sami ze sebe. Přeji Vám hodně štěstí a hlavně – neprodejte panice, stojí to za to!

„Ford vyskočil. "Dívej se na knihu!" zasyčel naléhavě. "Cože?" "NEPROPADEJ PANICE." "Já nepropadám." "Ale propadáš." "No dobře, tak propadám. A co jiného mám dělat?" "Prostě cestovat se mnou a bavit se. Galaxie za to stojí..." (Adams, 2005, Stopařův průvodce po Galaxii)

8 LITERATURA

- ADAMS, D.: *Stopařův průvodce po Galaxii*. [online], [cit. květen 2005] Dostupné na WWW: <<http://jansoft.aquasoft.cz/pub/Adams/1-Stopar.html>>
- ANDERSEN, T. The Reflecting Team: Dialogue and Meta-dialogue in Clinical Work. *Family Process*, 1985, vol. 26, s. 415-228.
- ANDERSENOVÁ, H., GOOLISHAN, H. *The client is the Expert: a Not-Knowing Approach to Therapy*. In: MCNAMEE, S., GERGEN, K.J. (eds.) *Therapy as social construction*. London: Sage Publications, 1999, s. 25-39.
- BARBARIČ, J. *Psychoterapie Moltona H. Ericksona, výcvik a supervize*. In EIS, Z. *Supervize*. Praha: Pražský psychoterapeutický institut Palata, 1995, s. 8-14. ISBN 80-901710-2-8, s.48-50.
- BAŠTECKÝ, J., ŠAVLÍK, J., ŠIMEK, J.: *Psychosomatická medicína*. Praha: Grada Avicenum, 1993. ISBN 80-7169-031-7.
- BAUMAN, Z. *Úvahy o postmoderní době*. Praha: Slon, 1995. ISBN: 80-85850-12-5.
- BĚLOHRADSKÝ, V. *Antinomie globalizace. Vzdělanostní společnost 2000*. In BĚLOHRADSKÝ, V., GOGOLA, J., KELLER, J. A KOL.: *Eseje o nedávné minulosti a blízké budoucnosti*, s.33. Praha: G plus G, 1999. ISBN 80-86103-28-5.
- BERG, K. I. *Family Perservation*. London: BT Press, 1991.
- BOSCOLO, L., BERTRANDO, P. *The times of time: a new perspective in systemic therapy*. London: Karnac, 1993.
- BOURDEAU, B. Dual relationships in qualitative research. In *The Qualitative Report* [Online], March 2000, vol. 4, no. 3/4. [cit.10.prosince 2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR4-3/bourdeau.html>> . ISSN 1052-0147.
- BOWEN, G.A. Preparing a Qualitative Research-Based Dissertation: Lessons Learned. In *The Qualitative Report* [online], June 2005, vol.10, no. 2, p. 208-22. [cit.10-12- 2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR10-2/bowen.pdf>>. ISSN 1052-0147.
- CAMPBELL, J., ELDER, D., GALLAGHER, J. Crafting the „Tap on the Shoulder“: A Compliment Template for Solution-Focused Therapy. In *American Journal of Family Therapy* [online], January - March 1999, Vol. 27, No. 1, s. 35-47. [cit.10-02- 2007], Dostupné na WWW: <<http://www.ingentaconnect.com/content/routledg/uافت>>.ISSN: 1521-0383.

- CARROLL, L. *Alenka v říši divů*. [online], [cit.01-12- 2006], Dostupné na WWW: <http://www.narod-sobe.cz/clovek/kultura/literatura/Autori_EN/Carrol_Lewis/Alenka/Alenka_v_risi_divu.htm>
- CIFALI, M. „Nemožné“ povolání? Stále inspirativní bonmot? In *Pedagogika*, 1999, roč. 49, č. 4, s. 322-346. ISSN 0031-3818.
- CLOUDER, L. Becoming professional: exploring the complexities of professional socialization in health and social care. In *Learning in Health and Social Care* [online], December 2003, Vol. 2, No. 4, s.213-222. ISSN: 1473-6861 [cit.25-01-2007]. Dostupné na WWW: <<http://www.ingentaconnect.com/content/bsc/lhs/2003/00000002/00000004/art00005>>.
- COELHO, P. *Veronika se rozhodla zemřít*. Praha: Argo, 2000. ISBN 80-7203-270-4.
- COMAS-DÍAZ, L. Becoming a multicultural psychotherapist: The confluence of culture, ethnicity, and gender. . In *Journal of Clinical Psychology* [Online], August 2005, vol.61, no.8, s. 973-981. [cit.10-02-2007], Dostupné na WWW: <<http://www3.interscience.wiley.com> >ISSN: 0021-9762
- CROSSLEY, M. L. *Introducing narrative psychology – self, trauma and the construction of meaning*. Buckingham: Open University Press, 2000.
- CROWTHER, J. (Ed.). *Oxford Advanced Learners Encyclopedic Dictionary*. Oxford: Oxford University Press, 1992. ISBN 0194313107 s. 716.
- CECCHIN, C. *The Cybernetics of Prejudices in the Practice of Psychotherapy*. London: Karnac Books, 1994. ISBN: 9781855750562.
- CHENAIL, R.J. Questionnaire for an Autobiographical Portrait of a Practicing Therapist and Researcher. *The Qualitative Report* [online], December, 1996, vol. 2, no. 4, [cit.10-12- 2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR2-4/autobio.html>> ISSN 1052-0147.
- CHYZ, V., ČERMÁK, I. Žánry příběhů, které žijeme. *Československá psychologie*, 2005, roč. 49, č. 6, s. 481-495. ISSN 0009-062X.
- ČEPICKÁ, B. Psychoterapii nemůže nabízet každý. In *Psychologie Dnes* [online], 2005, roč.11., č.2. [cit.05-05-2006]. Dostupné na WWW: <<http://www.portal.cz/scripts/detail.asp?id=4645>>. ISSN: 1212-9607.
- ČERMÁK, I. *Hledání životních příběhů* (Integrativní funkce narativního já). In MACEK,P., ŠAFÁŘOVÁ,I. (EDS...). *Integrativní funkce osobnosti. Sborník příspěvků z konference k životnímu jubileu prof. PhDr. Vladimíra Smékala, CSc.* Brno : FSS MU Brno, 2000. s. 34-39, ISBN 80-210-2465-8.

- ČERMÁK, I. (2004a) Narativní myšlení a skutečnost. In *Československá psychologie*, Praha : Academia, 2004, roč. 48, č. 1, s. 17-26. ISSN 0009-062X. 2004.
- ČERMÁK, I. (2004b) *Narativní terapie: mnohohlasý chór*. In MIOVSKÝ, M., ČERMÁK, I., ŘEHAN, V. (EDS.). *Sborník z konference Kvalitativní výzkum ve vědách o člověku na prahu třetího tisíciletí. Tak trochu jiný příběh*. Brno : Nakladatelství SCAN, 2004. ISBN 80-244-0909-7, s. 33-47.
- DALLOS, R., DRAPPER, R. *An introduction to family therapy: systemic theory and practice*. Buckingham: Open University Press, 2000.
- DAVIS, B., SUMARA, D., LUCE-KAPLER, R. *Understanding the workplace as a Komplex Systém*. In DAVIS, B., SUMARA, D., LUCE-KAPLER, R. : *Engaging Minds: Learning and Teaching in a Complex World*. Hillside, N.J.: Erlbaum, 2000. ISBN-10: 080583785X.
- DE SHAZER, S. *Keys to solution in brief therapy*. New York, London: Norton professionals books, 1985.
- DELL, P.F. Understanding Bateson and Maturana: Toward a Biological Foundation for the Social Science. In *Journal of Marital and Family Therapy*, 1985, Vol. 11, No. 1, s. 1-20. ISSN 0194-472X.
- DERRIDA, J. *Gramatológia*. Bratislava: Archa, 1999. ISBN 80-7115-138-6.
- DERRIDA, J. *Texty k dekonstrukci*. Bratislava: Archa, 1993. ISBN 80-7115-046-0.
- DISMAN, M. *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Praha: Karolinum, 2002. ISBN: 80-246-01397.
- DRAPEAU, M. Subjectivity in research: why not ? But...In *The Qualitative Report* [online], September 2002, vol. 7, no. 3. [cit.10.prosince 2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR7-3/drapeau.html>> ISSN 1052-0147.
- DRYDEN, W. (ED.) *Therapists' dilemmas*. London: Open University Press, 1987.
- DRYCHE, L., ZAYAS, S.H. The value of curiosity and naiveté for cross-cultural psychotherapist. *Family Process*, vol. 34, s. 389-399. ISSN 0014-7370.
- EFRAN, J.S. *Radikální konstruktivismus – otázky a odpovědi*. Interní materiály výcviku ISZ. Praha: ISZ, 1997.
- FERJENČÍK, J. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál, 2000. ISBN: 807178-367-6.

- FILIPEC, J. a kol.:** *Slovník spisovné češtiny pro školu a veřejnost*. Praha: Academia, 2005. ISBN 80-200-1347-4, s. 309.
- FIŠEROVÁ, H., POLÁK, A.** *Gestalt terapie a její supervize*. In **EIS, Z.** *Supervize*. Praha: Pražský psychoterapeutický institut Palata, 1995, s. 8-14. ISBN 80-901710-2-8, s.42-44.
- FLASKAS, C., PERLESZ, A.** (Eds.) *The therapeutic relationship in systemic therapy*. London: Karnac, 1996.
- FOUCAULT, M.** *Dějiny šílenství v době osvícenství : hledání historických kořenů pojmu duševní choroby*. Praha : Lidové noviny, 1994. ISBN 80-7106-085-2.
- GALE, J.** When Research Interviews are More Therapeutic Than Therapy Interview. In *The Qualitative Report* [Online], Fall, 1992, Vol. 1, No. 4, [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: < <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR1-4/gale.html> > ISSN 1052-0147.
- GERGEN, K.J., GERGEN, M.M.** Narrative form and the construction of psychological science. In **SARBIN, T. R.** (Ed.) *Narrative psychology. The storied nature of human conduct*. New York: Praeger Publishers, 1986.
- GJURIČOVÁ, Š., KUBIČKA, J., ŠPITZ, J.** *Vidět věci jinak*. Praha: Slon, 1998. ISBN 80-85850-51-6.
- GORDON, N. S...** Researching psychotherapy, the importance of the client's view: A methodological challenge. In *The Qualitative Report* [Online], March 2000, vol.4, no. 3/4. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: < <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR4-1/gordon.html> > ISSN 1052-0147.
- GREENE, G., FREED, S.** Research as improvisation: Dancing among perspectives. In *The Qualitative Report* [online], June 2005, vol. 10, no. 2, p. 276-288. [cit.10-12- 2006], Dostupné na WWW: < <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR10-2/greene.pdf> > ISSN 1052-0147.
- HALEY, J.** Terapie – nový fenomén. In **ZEIG, J.** *Umění psychoterapie*. Praha: Portál, 2005. ISBN: 80-7178-972-0.
- HALEY, J.** *Neobvyklá psychoterapie Milтона H. Ericksona*. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-349-0.
- HAVEL, I.M.** Stromy, pařez a postmoderna. In *Vesmír*, 1994, roč. 73, č. 3, s.123. ISSN 0042-4544.
- HAVLÍK, R., KOŤA, J.** *Sociologie výchovy a školy*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-635-7.
- HAWKINS, P., SHOHET, R.** *Supervize v pomáhajících profesích*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-715-9.

HECZKO, S. Obraz světa v pojetí postmoderny – úvod do problematiky. In *Marathón* [online], 1 997, č. 6., [cit.10-03-2007], Dostupné na WWW:<http://misc.eunet.cz/marathon/97/mar976_p8>. ISSN 1211-8591.

HELUS, Z. *Sociální psychologie pro pedagogy*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1168-3.

HENDL, J. *Základy kvalitativního výzkumu*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-788073-670405.

HEŘMANOVÁ, V. *Profesní sebepojetí učitelů*. Ústí nad Labem: Mino, 2004. ISBN 80-7044-618-8.

HESOUN, J. *Úloha jazyka v soudobé psychoterapii*. Praha, 2000. 93 s. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta filosofická. Katedra psychologie. Vedoucí práce V. Strnad.

HUBÍK, S. K postmodernismu obratem k jazyku. Boskovice: Albert, 1994. ISBN 80-85834-08-1.

HUČÍN, J. *Hovory o psychoterapii*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-525-3.

HEYLIGHEN, F. Cybernetics and Second- Order Cybernetics. In: **R.A. MEYERS (ED.)**, *Encyclopedia of Physical Science & Technology*, [online], New Yor: Academic Press, 2001. ISBN: 0691025746 [cit.19-03-2007] Dostupné na WWW: <<http://pcp.vub.ac.be/Papers/Cybernetics-EPST.pdf>>

CHALUPOVÁ, E. *Být v profesi – prestiž učitelského povolání z vnějšku a zevnitř*. Praha, 2002. 133 s. + 91 s. příloh. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta pedagogická. Katedra pedagogické a školní psychologie. Vedoucí práce S. Štech.

CHENAIL, R.J. Editorial: Before You Give Up on Research or Please Re-Search This. In *The Qualitative Report* [online], Winter/Spring, 1990/1991, vol. 1, no. 2/3, [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: < <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR1-23/editorial.html> >.ISSN 1052-0147.

CHENAIL, R.J. Questionnaire for an Autobiographical Portrait of a Practicing Therapist and Researcher. In *The Qualitative Report* [online], December, 1996, vol. 2, no. 4, [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR2-4/autobio.html>> ISSN 1052-0147.

CHENAIL, R.J. Interviewing Exercises: Lessons from Family Therapy. In *The Qualitative Report* [online], July, 1997, vol. 3, no. 2. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: < <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR3-2/chenail.html>> ISSN 1052-0147.

CHENAIL, R.J. When Research Interviews are More Therapeutic Than Therapy Interview. In *The Qualitative Report* [online], Fall, 1992, vol. 1, no. 4,

[cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: < <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR1-4/gale.html> > ISSN 1052-0147.

JANOVSKÝ, J. *Etika pro pomáhající profese*. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-329-6.

JONESOVÁ, E. *Terapie rodinných systémů. Vývoj milánských systemických terapeutů*. Praha: Konfrontace, 1996. ISBN 80-901773-6-0.

JONESOVÁ, E., ASEN, E. *Systemická párová terapie a deprese*. Praha: Konfrontace, 2004. ISBN 80-86088-09-X.

JUNGOVÁ, V. *Některé aspekty supervize v psychoterapii: příspěvek k diskuzi o současném stavu supervize v České republice*. Praha, 2003. 156 s. + 12 s. příloh. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta filosofická. Katedra psychologie. Vedoucí práce A.Šimek.

KANPOL, B. Reflective critical inquiry on critical inquiry: A critical ethnographic dilemma continued. *The Qualitative Report* [Online], December 1997, vol. 3, no. 4. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR3-4/kanpol.html> > ISSN 1052-0147.

KASLOW, S. W. Growing up everyone's trusted confidante: Why I really became a psychotherapist. In *Journal of Clinical Psychology* [Online], August 2005, vol.61, no.8, s. 965-972. [cit.10-02-2007], Dostupné na WWW: <<http://www3.interscience.wiley.com> > ISSN: 0021-9762

KERLINGER, F.N.: *Základy výzkumu chování*. Praha: Academia, 1972.

KINCAIDOVÁ, J. *Vlastní životopis mé matky*. Praha: Mladá Fronta, 2001. ISBN 80-204-0900-9.

KINSELLA, E.A. REFLECTIONS ON... . Reflections on reflective practice. In *The Canadian Journal of Occupational Therapy* [Online], June 2001, Vol.68, No. 3, s. 195-199. [cit.10-02-2007], Dostupné na WWW: <<http://proquest.umi.com/pqdweb?index=10&did=1151084651&SrchMode=1&sid=2&Fmt=3&VInst=PROD&V> > ISSN: 0021-9762

KNOP, J. *Kdo je kdo a jak to spolu máme*. [online], 2005, [cit.05-05-2006]. Dostupné na WWW: < <http://www.portal.cz/scripts/detail.asp?id=1328> >.

KOMÁRKOVÁ, R., SLAMĚNÍK, I., VÝROST, J. *Aplikovaná sociální psychologie III. Sociálně psychologický výcvik*. Praha: Grada, 2001. ISBN 80-247-0-180-4.

KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-179-7.

KUČERA, M. *Školní etnografie - přehled problematiky*. Studia paedagogica 8. Praha: Pedagogická fakulta UK, 1992.

- KUNERTOVÁ, O. Psychoterapii může nabízet každý. In *Psychologie Dnes* [online], 2005, roč.11., č.3., [cit.05-05-2006]. Dostupné na WWW: <<http://casopisy.portal.cz/scripts/modules/fulltext/fulltxt.php>>. ISSN: 1212-9607.
- KUNERTOVÁ, O., ČEPICKÁ, B., NOVÁK, T. Boj o psychoterapii. In *Psychologie dnes*, květen 2005, roč.11, č.5., s.26 - 28. ISSN: 1212-9607.
- KUSÁ, Z. Kvalitativna analýza údajov. Bratislava: Univerzita Komenského, 1992. ISBN 80-223-0453-0.
- LOWE, L. In Praise of the Older Therapist; Probing the heart of clinical wisdom. In *Psychotherapy Networker* [online], January/February 2005, Vol. 29, No. 1, Dostupné na WWW: <<http://proquest.umi.com/pqdweb?did=784276091&sid=3&Fmt=3&clientId=45145&http://casopisy.portal.cz/scripts/modules/fulltext/fulltxt.php>>. ISSN 1535573X.
- LUDEWIG, K. *Systemická terapie. Základy klinické teorie a praxe*. Praha: Palata, 1994. ISBN 80-901710-0-1.
- LUDEWIG, K. *Systemic therapy – a Particular Drift Between Systeme Theory and Psychotehrapy*. [online] In KROHN, W., KÜPPERS, G., NOWOTNY, H. (EDS.) *Self-organisation - Portrait of a Scientific Revolution*. Sociology of the Sciences. Yearbook 1990, Vol 14. Dordrecht Boston London: Kluwer Academic Publ, 1990, s. 128-142. [cit.05-03-2007] Dostupné na WWW: <<http://www.kurtludewig.de/E.begin.htm#go>>
- LUDEWIG, K. Reality and Construction in Psychotherapy: Sense and Nonsense of this Distinction. In *Human Systems* [online], 2003, no.14, s. 69-82. [cit.05-03-2007]. Dostupné na WWW: <<http://www.kurtludewig.de/E.begin.htm#go>>
- LUDEWIG, K. *10+1 guidelines or guide.questions. An Outline of a Systematic Clinical Theory*. [online], 2006, [cit.05-03-2007]. Dostupné na WWW: <<http://www.kurtludewig.de/E.begin.htm#go>>
- LYOTARD, J.F. *O postmodernismu. Postmoderno vysvětlované dětem*. Praha: Filosofický ústav AV ČR, 1993. ISBN 80-7007-047-1.
- MACCORMACK, T. Let's get personal: Exploring the professional persona in health care. In *The Qualitative Report*, [online], September 2001, vol.6, no. 3. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR6-3/maccormack.html>> ISSN 1052-0147.

- MAHRER, A.R.** What inspired me to become a psychotherapist? In *Journal of Clinical Psychology* [Online], August 2005, vol.61, no.8, s. 965-972. [cit.10-02-2007], Dostupné na WWW: <<http://www3.interscience.wiley.com>>ISSN: 0021-9762
- MALURA, J.** *Postmodernismus*. Ostrava: Ateliér Milata, 1994.
- MARŠÁLOVÁ, L., MIKŠÍK, O. A KOL.:** *Metodológia a metódy psychologického výskumu*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 1990.
- MCOTTER, S. S.** The journey of a beginning researcher. In *The Qualitative Report* [Online], June 2001, vol.6, no. 2. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR6-2/mccotter.html>> ISSN 1052-0147.
- MCNAMEE, S., GERGEN, K.J.** (eds.) *Therapy as social construction*. London: Sage Publications, 1999.
- MCCULLOUGH, L.** Doing something. In *Journal of Clinical Psychology* [Online], August 2005, vol.61, no.8, s. 991-997. [cit.10-02-2007], Dostupné na WWW: <<http://www3.interscience.wiley.com>>ISSN: 0021-9762
- MIOVSKÝ, M.** *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1362-4.
- NOVOTNÁ, N.** *Sebepojetí chronicky nemocných dětí*. Praha, 2005. 140 s. + 21 příl. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta pedagogická. Katedra pedagogické a školní psychologie. Vedoucí práce J.Procházková.
- O'HANLON, B.** The Third Wave. In *The Family Therapy Networker*, November-December 1994, vol. 18, no. 6., s.19-29. ISSN 0739-0882.
- OLIVER, P.J., SANJAY, S.** *The Big Five Trait Taxonomy*. [Online], March 1999. [cit.10-02-2007], Dostupné na WWW: <<http://www.uoregon.edu/~sanjay/pubs/bigfive.pdf>>
- PARIS, E., LINVILLE, D., ROSSEN, K.** Marriage and Family Therapist Interns Experiences of Growth. In *Journal of Marital and Family Therapy* [Online], January 2006, vol.32, no.1, s. 45-58. [cit.10-02-2007], Dostupné na WWW: <<http://proquest.umi.com/pqdwweb?did=969303441&sid=3&Fmt=4&clientId=45145&>> ISSN: 0194472X
- PECHÁČKOVÁ, S.** *Zpráva o systemické terapii*. Praha: ISZ, 1992.

- PECLOVÁ, K.** *Sebedefinice terapeuta z hlediska systemického přístupu*. Praha, 1995. 87 s. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta filosofická. Katedra psychologie. Vedoucí práce P. Šmolka.
- PELIKÁN, J.:** *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. Praha: Karolinum, 1998. ISBN: 80-7184-569-8.
- PENN, P.** Circular questioning. In *Family process*, 1982, vol. 21, no. 3, s. 267-280. ISSN 0014-7370.
- PENN, P.** Feed – forward: future questions, future maps. In *Family Process*, 1985, vol. 24, no. 3, s. 299-310. ISSN 0014-7370.
- PEREGRIN, J.** Děláme světy jazykem? In *Organon F* [Online], vol. 5, Příloha, 1998, s.40-48, [cit.30-01-2007], Dostupné na WWW: < <http://jarda.peregrin.cz/mybibl/mybibl.php?lang=c#C> > ISSN 1335-0668.
- PEREGRIN, J.** Post-analytická filosofie. In *Organon F* [Online], vol.1., 1994, č.2, s.89-108, [cit.30-01-2007], Dostupné na WWW: < <http://jarda.peregrin.cz/mybibl/mybibl.php?lang=c#C> > ISSN 1335-0668.
- PETIT LAROUSSE ILLUSTRÉ.** Paris, Larousse, 1991. ISBN 2-03-301191-7, s.786.
- PETŘÍČEK, M.** *Úvod do (současné) filosofie*. Praha: Herrmann & synové, 1997.
- PĚTIVOKÁ, D.** *Od objektivismu ke konstruktivismu v psychoterapii*. Praha, 1997. 89 s. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta filosofická. Katedra psychologie. Vedoucí práce V. Strnad.
- PITKALA K.H., MANTYRANTA, T.** Professional socialization revised: medical students' own conceptions related to adoption of the future physician's role--a qualitative study. *Medical Teacher* [Online], vol. 25, no. 2, March 2003, s. 155-160. [cit.30-01-2007], Dostupné na WWW: <<http://www.ingentaconnect.com/content/tandf/cmte/2003/00000025/00000002/art00008>> ISSN: 1466-187X.
- PODRAZILOVÁ, Š.** *Příběhy o systemickém*. Praha, 1994. 97 s. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta filosofická. Katedra psychologie. Vedoucí práce P.Šmolka.
- POKORNÁ, V.** *Teorie a náprava vývojových poruch učení a chování*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-570-9.
- PRATCHETT, T., STEWART,I., COHEN, J.** *Věda na zeměploše*. Praha: Talpress, 2005. ISBN 80-7197-243-6.

PROCHASKA, J.O., NACROSS, K.C. *Psychoterapeutické systémy. Průřez teoriemi*. Praha: Grada, 1999. ISBN 80-7169-766-4.

ROBERT, P. P. *Petit Robert*. Paris: Le Robert, 1967, s.1398.

ROBER, P. The Therapist's Inner Conversation in Family Therapy Practice, Some Ideas about the Self of the Therapist, the Therapeutic Impasse, and Process of Reflection. *Family process*, 1999, vol. 38, s. 209-228. ISSN 0014-7370.

REJZEK, J. *Český etymologický slovník*. Praha: Leda, 2001. ISBN 80-85927-85-3, s.503.

ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998. ISBN 80-85931-48-6.

RICHARDSON, B., LINDQUIST, J., ENGARDT, M. A KOL. Professional Socialization: Students expectations of Being a Physiotherapist. In *Medical Teacher* [Online], 2002, vol. 24, no. 6, s.622-627. [cit.30-01-2007], Dostupné na WWW: <<http://www.ingentaconnect.com/content/tandf/cmte/2002/00000024/00000006/art00009>> ISSN 1466-187X.

SAROYAN, W. *Tracyho Tygr*. Praha: Argo, 1997. ISBN 80-85794-73-X.

SCALON, C., TAILLE, A.P. : *A Preparation for Practice? Students Experiences of Counselling Trainig within Departements of Higher Education*. In *Counselling Psychology Quarterly* [Online], 1994, vol. 7, no.4, s. 407-427. [cit.30-01-2007], Dostupné na WWW: <<http://cat.inist.fr/?aModele=afficheN&cpsidt=3454452>> ISSN 0951-5070.

SHEM, S. *Hora hoře*. Praha: Argo, 2002. ISBN 80-7203-428-6.

SINGER, M. Qualitative Research as Seen From a Batesonian Lens. In *The Qualitative Report* [online], October 1995, vol.2., no.2, [cit.30-01-2005], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR2-2/singer.html>> ISSN 1052-0147.

SCHLIPPE, A., SCHWEITZER, J. *Systemická terapie a poradenství*. Brno: Cesta, 2001.

SMAIL, D. The Impossibility of Specifying 'Good' Psychotherapy. In *Clinical Psychology* [online], 2001, no. 7, s.14-18, [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.davidsmail.freeuk.com/talk99b.htm>>

ST. GEORGE, S., WULFF, D. The unanticipated in qualitative inquiry. In *The Qualitative Report* [Online], May 2000, Vol. 5., no. 1/2. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR5-1/stgeorge.html>> ISSN 1052-0147.

STRAUSS, A., CORBINOVÁ, J.: *Základy kvalitativního výzkumu*. Boskovice: Nakladatelství Albert, 1999. ISBN: 80-85834-60-X.

- STRNAD, V. Komu „patří“ psychoterapie? In *Psychologie dnes*, 1995, roč.5, č.5, s.26-27. ISSN 1212-9607.
- STRNAD, V. *Závislost na diagnose závislosti a o jiných závislostech*. [online] Praha: ISZ, 1999. [cit. 16-12-2005] Dostupné na WWW: <[http:// www.isz.cz](http://www.isz.cz) >
- ŠIMEK, A. „Supervize z pohledu“ – co naznačila anketa. In EIS, Z. *Supervize*. Praha: Pražský psychoterapeutický institut Palata, 1995, s. 8-14. ISBN 80-901710-2-8.
- ŠIMONÍK, O. *Začínající učitel*. Brno: Masarykova Univerzita, 1994. ISBN 80-210-0944-6.
- ŠPITZ, J. *Reflexivní supervize v rodinné a systemické terapii*. In EIS, Z. *Supervize*. Praha: Pražský psychoterapeutický institut Palata, 1995, s.17-19. ISBN 80-901710-2-8.
- ŠTECH, S. (1994 a). Co je učitelství a lze se mu naučit? In *Pedagogika*. 1994, roč.44, č.4., s. 310-320. ISSN 0031-3818.
- ŠTECH, S. (1994 b). Spor o „profesi“ – o čem a jak se mluví. In: PSŠE: *Stát se učitelem*. Výzkumná zpráva. Praha: Pedagogická fakulta UK, 1994. ISBN, s. 5 – 33.
- ŠUPKOVÁ, D.: *Jsem ten, který je tu pro lidi. Sebepojetí pomáhajících v extrémních životních podmínkách*. Praha, 2004. 100 s. + 36 s. příloh. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta pedagogická. Katedra pedagogické a školní psychologie. Vedoucí práce J.Procházková.
- TOTTON, N. The Baby and the Bathwater: The „Profesionalization“. In *Psychotherapy and Counselling. British Journal of Guidance and Counselling*. [online] 1999, vol. 27, no. 3., s. 313-324. [cit. 16-02-2007] Dostupné na WWW: <<http://proquest.umi.com> > Online ISSN: 1469-3534.
- ÚLEHLA, I. (1997a). *Bezpečí a jistota*. [online] Praha: ISZ, 1997. [cit. 16-12-2005] Dostupné na WWW: <[http:// www.isz.cz](http://www.isz.cz) >
- ÚLEHLA, I. *Být psychoterapeutem*. [online] Praha: ISZ, 1998. [cit. 16-12-2005] Dostupné na WWW: <[http:// www.isz.cz](http://www.isz.cz) >
- ÚLEHLA, I. *Fólie – studijní materiály pro účastníky výcviků Umění terapie*. Praha: ISZ, 1999.
- ÚLEHLA, I. (1997b). *Integrace předpokládá integrování*. [online] Praha: ISZ, 1997. [cit. 16-12-2005] Dostupné na WWW: <[http:// www.isz.cz](http://www.isz.cz) >
- ÚLEHLA, I. *Jakou psychoterapii bych chtěl mít*. [online] Písek: ISZ, 2000. [cit. 16-12-2005] Dostupné na WWW: <[http:// www.isz.cz](http://www.isz.cz) >
- ÚLEHLA, I. (1996 a) *Nenechte si ubližovat*. [online] Písek: ISZ, 1996. [cit. 16-12-2005] Dostupné na WWW: <[http:// www.isz.cz](http://www.isz.cz) >
- ÚLEHLA, I. (1996 b) *Umění pomáhat*. Písek: Renesance, 1996. ISBN: 80-86429-36-9.

- ÚLEHLA, I. *Zabedněnost*. [online] Praha: ISZ, 2005. [cit. 16-12-2005] Dostupné na WWW: <[http:// www.isz.cz](http://www.isz.cz) >
- VÁCHOVÁ, I.: *Sebezkušnostní výcvik v PCA z pohledu jeho frekventantů*. Praha, 2003, 122s. + 17 s. příloh. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Fakulta filosofická. Katedra psychologie. Vedoucí práce: V. Junková.
- VAŠUTOVÁ, J. *Být učitelem. Co by měl učitel vědět o své profesi*. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2002. ISBN: 80-7290-077-3.
- VON FOERSTER, H. Ethics and Second Order Cybernetics. In *SEHR* [online], vol. 4, no. 2. Constructions of the Mind, June 1995. [cit. 16-03-2007] Dostupné na WWW: <<http://www.stanford.edu/group/SHR/4-2/text/foerster.html> >
- VON GLASERSFELD, E. *Radical Constructivism: A Way of Knowing and Learning*. London : Falmer Press, 1996.
- VYBÍRAL, Z. *Psychologie jinak. Současná kritická psychologie*. Praha: Academia, 2006. ISBN 80-200-1367-9.
- VYMĚTAL, J. A KOL. *Obecná psychoterapie*. Praha: Grada, 2007. ISBN 80-247-0723-3.
- WELSCH, W. *Naše postmoderní moderna*. Praha: Zvon, 1994. ISBN 80-7113-104-0.
- WHITE, M., EPSTON, D. *Narrative Means to Therapeutic Ends.*, Adelaide: Dulwich Centre, 1990.
- WINTER, G. A comparative discussion of the notion of 'validity' in qualitative and quantitative research. In *The Qualitative Report* [Online], March 2000, vol.4., no. 3/4. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR4-3/winter.html>> ISSN 1052-0147.
- WITTGENSTEIN, L. *Filosofická zkoumání*. Praha: Nakladatelství Filosofického ústavu AV ČR, 1998. ISBN: 80-7007-103-6.
- WONG-WYLIE, G. (2006). Narratives of developing counselors' preferred theories of counseling storied through text, metaphor, and photographic images. *The Qualitative Report* [Online], 2006, vol. 11, no. 2., s. 262-301. [cit.10-12-2006], Dostupné na WWW: <<http://www.nova.edu/ssss/QR/QR11-2/wongwylie.pdf> > ISSN 1052-0.